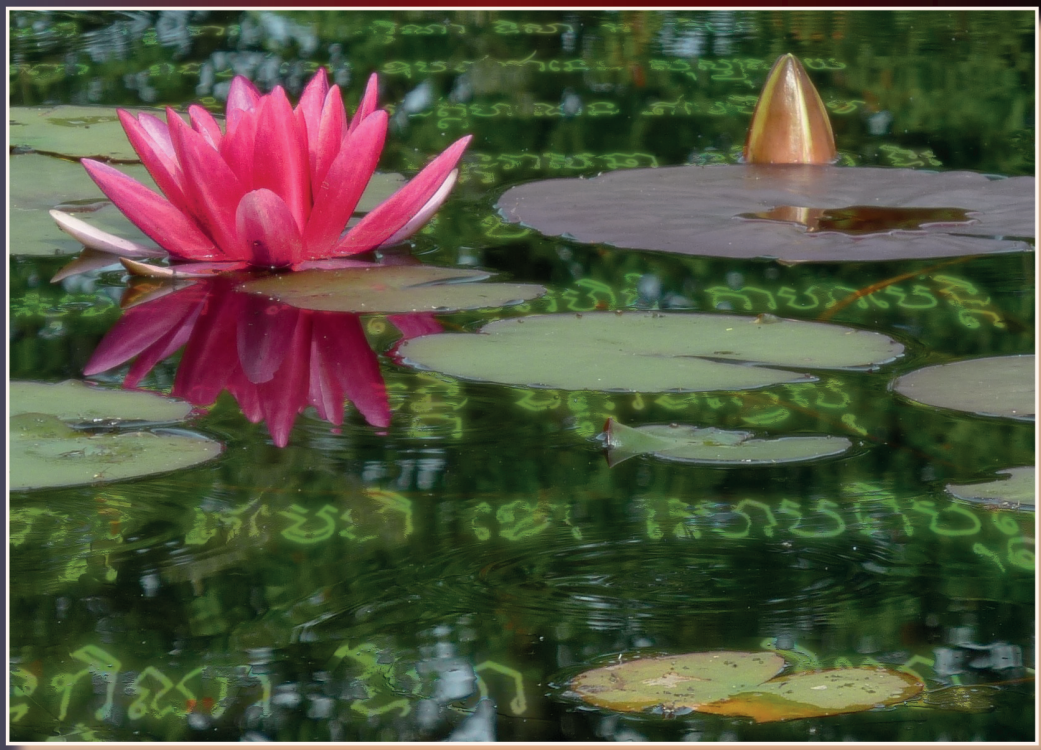
สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต)

ธรรมนูญชีวิต

พุทธจริยธรรมเพื่อชีวิตที่ดีงาม



Somdet Phra Buddhaghoṣācārya (P. A. Payutto)

Eine Verfassung fürs Leben

Buddhistische Verhaltensgrundsätze für ein fruchtbares und achtbares Leben

Muttodaya Dhamma

ธรรมนูญชีวิต

Eine Verfassung fürs Leben

Herausgeber / การจัดพิมพ์ :
Muttodaya Dhamma / มุตโตทัยธรรม
Herrnschrot 50
D-95236 Stammbach
Deutschland / ประเทศเยอรมัน

ธรรมนูญชีวิต [Dhammanūñ Jīvit] **/ Eine Verfassung fürs Leben**

สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต) /
Somdet Phra Buddhaghoṣācārya (P. A. Payutto)

ฉบับสองพากย์ ภาษาไทย-เยอรมัน / Zweisprachige Ausgabe Thai-Deutsch

พระเมตฺติโก แปล / aus dem Thailändischen von Mettiko Bhikkhu

ISBN: 978-3-9824580-0-7

© 2022 Muttodaya Dhamma (Mettiko Bhikkhu)
2. Auflage 2025

Satz und Umschlaggestaltung: Mettiko Bhikkhu
การเรียงพิมพ์ และปกหนังสือ: พระเมตฺติโก
Fotos / รูป : Archiv Muttodaya und public domain
Gedruckt bei / พิมพ์ที่ :
Druckerei Schmidt & Buchta, Helmbrechts

พิมพ์เผยแพร่เป็นธรรมทาน โดยไม่มีค่าลิขสิทธ

Dieses Buch ist ein Geschenk des Dhamma. Eine kommerzielle Verwertung und Verkauf sind ausgeschlossen. Erlaubnis zum Nachdruck oder zu sonstiger Verwertung zur freien Verteilung kann beim Herausgeber eingeholt werden.

ธรรมนูญชีวิต

พุทธจริยธรรมเพื่อชีวิตที่ดีงาม

สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์

(ป. อ. ปยุตฺโต)

Eine Verfassung fürs Leben

Buddhistische Verhaltensgrundsätze für ein fruchtbares und achtbares Leben

von
Somdet Phra Buddhaghoṣācārya
(P. A. Payutto)

aus dem Thailändischen übersetzt von
Mettiko Bhikkhu

คำปรารภ

หนังสือ *ธรรมนูญชีวิต* นี้ เมื่อแรกเรียบเรียงขึ้นและพิมพ์ครั้งแรก ใน พ.ศ. ๒๕๑๙ มีชื่อว่า *คู่มือดำเนินชีวิต* ผู้เรียบเรียงได้แก้ไขปรับปรุงเนื้อหาและเปลี่ยนเป็นชื่อปัจจุบัน เมื่อพิมพ์ครั้งที่ ๔ ในเดือนมกราคม ๒๕๒๒ ต่อมาในเดือนเมษายน ๒๕๒๓ ได้แก้ไขปรับปรุงให้อ่านง่ายจำง่ายยิ่งขึ้น และนับแต่นั้นได้มีการพิมพ์ซ้ำเรื่อยมาจนใน พ.ศ. ๒๕๓๓ นับได้เกินกว่า ๑๐๐ ครั้ง แต่ต่อจากนั้นไม่นานก็เลิกติดตามสถิติการพิมพ์ เพราะเป็นการยากที่จะนับครั้งได้ครบถ้วน

สำหรับการพิมพ์ครั้งใหม่ในปี ๒๕๔๐ นี้ *ธรรมนูญชีวิต* ได้มีความเปลี่ยนแปลงที่สำคัญ ๒ ประการ คือ การปรับปรุง และเพิ่มเติมเนื้อหาประการหนึ่ง และการนำเอาเรื่อง *มาตรฐานชีวิตของชาวพุทธ* มาพิมพ์เพิ่มเข้าเป็นส่วนนำหน้า อีกประการหนึ่ง ... *

*มาตรฐานชีวิตของชาวพุทธ*นั้น เดิมเป็นบทสรุป จัดไว้เป็นภาคผนวกของหนังสือที่มีชื่ออย่างเดียวกันนั้น ซึ่งเกิดจากธรรมกถาและคำอวยพรในพิธีลาสิกขาของผู้บรรพชาอุปสมบทตามประเพณีบวชเรียน และมีผู้ศรัทธาขอพิมพ์เป็นธรรมทานในวันขึ้นปีใหม่ พ.ศ. ๒๕๓๗

ต่อมา เมื่ออธิบดีกรมการปกครอง กระทรวงมหาดไทย ขออนุญาตพิมพ์บทสรุปนั้นแจกเป็นธรรมทานในวันขึ้นปีใหม่ ๑ มกราคม ๒๕๔๑ ผู้เรียบเรียงได้ปรับปรุงให้กะทัดรัดอ่านง่ายและสมบูรณ์ยิ่งขึ้น โดยปรับข้อความและสำนวนตามหนังสือธรรมนูญชีวิต ที่เพิ่งแก้ไขปรับปรุงใหม่เสร็จเรียบร้อย

---

*คำปรารภเดิมได้มีการกล่าวอ้างอิงถึง ในหลายๆจุด จากการแปลฉบับภาษาอังกฤษ ดังนั้นการแปลในฉบับนี้ จึงไม่เห็นความสำคัญ และได้ยกเว้นการแปล ในจุดดังกล่าวไว้

Vorbemerkungen

Als das vorliegende Buch, *Dhammanūñ Jīvit* („Eine Verfassung fürs Leben“), verfasst und im Jahr 1976 zum ersten Mal gedruckt wurde, trug es den Titel *Khū Mū̃ Damnō̃n Jīvit* („Handbuch zur Lebensführung“). Für die vierte Auflage im Januar 1979 nahm ich inhaltliche Verbesserungen vor und wechselte zum gegenwärtigen Titel. Im April 1980 führte ich eine weitere Überarbeitung durch, um das Buch leichter lesbar und einprägsamer zu gestalten. Von da an wurde es immer wieder neu aufgelegt und bis zum Jahr 1990 über hundertmal nachgedruckt. Aber schon kurz darauf wurde die Statistik der Nachdrucke eingestellt, weil es schwierig wurde, den Überblick über die Zahl der Auflagen zu behalten.

Für die Neuauflage im Jahr 1997 gab es bei *Dhammanūñ Jīvit* zwei wichtige Änderungen: Zum einen wurde das Buch inhaltlich überarbeitet und erweitert; zweitens wurde der Text *Mātraṭhān Jīvit Khõng Chāo Phut* („Lebensmaßstab eines Buddhisten“) als Einführungsteil hinzugefügt. …*

Dieser Text, *Mātraṭhān Jīvit Khõng Chāo Phut,* war ursprünglich eine Zusammenfassung, die als Anhang für ein Buch mit demselben Titel erstellt wurde. Es entstand aus einem Dhammavortrag und einer Segnung anlässlich der Entrobungszeremonie eines nach [thailändischer] Sitte zeitweilig Ordinierten. Und Menschen mit Vertrauen baten darum, den Vortrag und Segen als Gabe des Dhamma zu Neujahr 1994 drucken zu dürfen.

Als der Verwaltungsdirektor des Innenministeriums um Erlaubnis bat, jene Zusammenfassung zur freien Verteilung als *dhammadāna* zum Neujahrstag 1998 drucken zu lassen, habe ich den Text überarbeitet, gestrafft, lesbarer gestaltet und vervollständigt, indem ich ihn inhaltlich und stilistisch der kurz zuvor neu überarbeiteten Fassung von *Dhammanūñ Jīvit* angepasst habe.

---

* Das ursprüngliche Vorwort bezog sich an mehreren Stellen auf die englische Übersetzung. Diese Passagen sind für das vorliegende Buch nicht relevant und wurden weggelassen.

*มาตรฐานชีวิตของชาวพุทธ*นี้* เกิดจากความดำริที่จะย้ำเน้นถึงความสำคัญของการที่ชาวพุทธควรจะมีข้อปฏิบัติที่ยึดถือปฏิบัติกันอย่างจริงจัง โดยรื้อฟื้นข้อปฏิบัติที่พระพุทธเจ้าตรัสแสดงไว้ในสิงคาลกสูตร (ที.ปา.๑๑/๑๗๒–๒๐๖) ขึ้นมาส่งเสริมให้เป็นกฎเกณฑ์สำหรับชาวพุทธ ที่จะยึดถือปฏิบัติกันอย่างเป็นมาตรฐานทั่วไป ในการที่จะดำเนินชีวิตและร่วมสร้างสรรค์สังคมให้ดีงาม มีความสุขความเจริญ อันจะเป็นการสอดคล้องกับมติดั้งเดิมที่อรรถกถากล่าวว่า สิงคาลกสูตรนั้นเป็น “คิหิวินัย” คือ วินัยของคฤหัสถ์ หรือแบบแผนการดำเนินชีวิตของผู้ครองเรือน (ที.อ.๓/๑๓๔, ๑๕๑) คู่กันกับ “ภิกขุวินัย” คือ วินัยของพระภิกษุสงฆ์

เนื้อหาทั้งหมดของ *มาตรฐานชีวิตของชาวพุทธ* นี้ มีรวมอยู่แล้วในหนังสือ *ธรรมนูญชีวิต* ถือได้ว่า *มาตรฐานชีวิตของชาวพุทธ* เป็นเกณฑ์อย่างต่ำสำหรับการดำเนินชีวิตของชาวพุทธ ส่วน *ธรรมนูญชีวิต* เป็นประมวลหลักธรรมทั่วไปเพื่อการดำเนินชีวิตที่ดีงาม ซึ่งอาจถือเป็นส่วนขยายของ *มาตรฐานชีวิตของชาวพุทธ* ผู้ปฏิบัติอาจใช้ *มาตรฐานชีวิตของชาวพุทธ* เป็นเกณฑ์ตรวจสอบเบื้องต้นสำหรับการดำเนินชีวิตของตน แล้วก้าวสู่คุณสมบัติและข้อปฏิบัติในธรรมนูญชีวิต เพื่อดำเนินชีวิตให้ดีงาม มีความสำเร็จ และเป็นประโยชน์ยิ่งขึ้น จนถึงความสมบูรณ์ ...

พระธรรมปิฎก (ป. อ. ปยุตฺโต)

๒๕ ธันวาคม ๒๕๔๐

---

* ชื่อปัจจุบันว่า *วินัยชาวพุทธ*

Dieser „Lebensmaßstab eines Buddhisten“ * entstand aus der Überlegung, die Notwendigkeit eines Praxisstandards für Buddhisten zu betonen, an den sie sich halten und den sie ernsthaft praktizieren können. Dies geschah, indem der Praxisstandard, den der Buddha im Siṅgālaka Sutta (D 31 <D.III.180-193>) dargelegt hatte, zu neuem Leben erweckt und als Regelwerk für Buddhisten empfohlen wurde, als allgemeiner Maßstab, an den sie sich halten können, in der Lebensführung und bei der gemeinsamen Arbeit an einer fruchtbaren und achtbaren Gesellschaft in Wohlergehen und Gedeihen. Diese Vorgehensweise steht in Übereinstimmung mit dem alten Motto aus dem Kommentar, der jenes Siṅgālaka Sutta als „gihivinaya“ bezeichnet, als Disziplin der Hausleute oder Mustervorlage für die Lebensführung eines Haushälters (DA 3/8.274), parallel zum „bhikkhuvinaya“, der Ordensdisziplin der Mönche.

Der Inhalt von „Lebensmaßstab eines Buddhisten“ ist bereits komplett in „Eine Verfassung fürs Leben“ enthalten. Man kann „Lebensmaßstab eines Buddhisten“ als Mindestanforderung für die Lebensführung eines Buddhisten betrachten. „Eine Verfassung fürs Leben“ ist eine Zusammenstellung von allgemeinen Grundprinzipien des Dhamma für eine fruchtbare und achtbare Lebensführung, die man vielleicht als weitere Ausarbeitung des „Lebensmaßstabs eines Buddhisten“ ansehen kann. Ein Praktizierender mag den „Lebensmaßstab eines Buddhisten“ als anfänglichen Prüfstein für die eigene Lebensführung anwenden und dann zu den Qualitäten und Praxisgrundsätzen in der „Verfassung fürs Leben“ fortschreiten, um die Lebensführung immer fruchtbarer und achtbarer zu gestalten, für immer besseres Gelingen und immer mehr Nutzen, bis zur Vervollkommnung. …

Phra Dhammapiṭaka (P. A. Payutto)

15. Dezember 1997

* Aktueller Titel: *Die Disziplin eines Buddhisten*

บทนำ*

เมื่อพูดถึงเรื่องทั่วๆ ไปเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตประจำวัน ศาสนาทั้งหลายมีแนวปฏิบัติแตกต่างกันเป็น ๒ แบบ กล่าวคือ แบบหนึ่ง ไม่ใส่ใจเรื่องอย่างนั้นเลยโดยสิ้นเชิง มุ่งเน้นเฉพาะแต่การบรรลุจุดหมายที่สูงส่ง คือ การเข้ารวมเป็นหนึ่งเดียวกับพระผู้เป็นเจ้า หรือเข้าถึงปรมัตถสัจจะ ส่วนอีกแบบหนึ่งก็สั่งสอนข้อปฏิบัติเกี่ยวกับชีวิตประจำวันนั้นเสียอย่างละเอียดพิสดาร โดยกำหนดแก่เราว่าจะต้องคิดหมายใคร่ทำอะไรๆ แค่ไหนอย่างไร จะต้องกินอาหารอะไร จะต้องสวมใส่เสื้อผ้าแบบไหน ศาสนาสองแบบนี้น่าจะเป็นสุดโต่ง ๒ ด้าน

พระพุทธศาสนาเป็นคำสอนสายกลางหรือสอนความพอดี ในเรื่องนี้ก็เช่นเดียวกับเรื่องอื่นๆ คำสอนในพระพุทธศาสนาดำเนินสายกลาง ระหว่างการเพิกเฉยไม่ใส่ใจเสียเลยต่อเรื่องที่จะต้องปฏิบัติในชีวิตประจำวัน กับการตราบทบัญญัติเป็นกฎข้อบังคับที่เคร่งตึงตายตัว พระพุทธศาสนาสอนแนวทางความประพฤติตามหลักสัจธรรมที่เป็นอกาลิโก ว่าด้วยประโยชน์สุขที่พึงได้อันเกิดจากการอยู่ร่วมสัมพันธ์กันโดยใช้ปัญญาด้วยเมตตากรุณา และพร้อมกันนั้นก็มุ่งให้บรรลุถึงอิสรภาพทางจิตปัญญาที่เป็นจุดหมายสูงสุด ถึงขั้นที่ทำให้อยู่ในโลกได้โดยไม่ติดโลกหรืออยู่เหนือโลก

เนื้อหาในหนังสือนี้ ได้รวบรวมจากพระไตรปิฎกและอรรถกถาทั้งหลาย ซึ่งเป็นคัมภีร์ของพระพุทธศาสนา (ยุคแรก) สายเถรวาท ที่ทุกวันนี้ยังใช้เป็นหลักในการดำเนินชีวิต และถือปฏิบัติกันอยู่ ในประเทศไทยและประเทศอื่นๆ ในเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ คำสอนนี้มีอายุเกินกว่า ๒๕๐๐ ปีแล้ว แต่มิได้ครำ่คร่าล้าสมัยแต่ประการใด ในสังคมปัจจุบันยุคถือหลักความเสมอภาค ที่

---

* บทนำนี้ Mr.Bruce Evans ได้เขียนขึ้นสำหรับ *ธรรมนูญชีวิต* ฉบับแปลเป็นภาษาอังกฤษ ในที่นี้เมื่อนำทั้งสองพากย์มาพิมพ์ไว้คู่กัน จึงแปลไว้เพื่อให้ทั้งสองพากย์เท่ากันครบถ้วน

Einführung*

In ihrer Beziehung zu den ganz normalen Alltagsangelegenheiten können die Religionen zwei verschiedene Herangehensweisen einschlagen: Entweder lassen sie diese völlig außer Acht, um sich ganz auf das höhere Ziel der Vereinigung mit Gott oder der Verwirklichung der höchsten Wahrheit zu konzentrieren; oder sie gehen bei solcher Thematik bis in kleinste Einzelheiten, schreiben uns vor, wie wir unsere Verfügungen organisieren sollen, welche Nahrung wir zu uns nehmen und welche Kleidung wir tragen sollen. Das sieht nach zwei Extremen aus.

Buddhismus ist eine Lehre der Mäßigung. Wie bei anderen Dingen auch, halten die buddhistischen Lehren hier einen mittleren Kurs, in diesem Fall zwischen dem blinden Ignorieren der praktischen täglichen Erfordernisse und dem Dekret starrer und unflexibler Regeln. Die buddhistischen Lehren bieten Verhaltensrichtlinien, die auf zeitlosen Wahrheiten beruhen – das positive Wohlergehen, das von mitfühlenden, weisen Beziehungen geschaffen wird – und die auf das höchste Ziel spiritueller Freiheit abzielen: ein Leben in der Welt und doch über ihr.

Die Inhalte dieses Buchs sind aus dem Pāli Tipiṭaka und den Kommentaren herausgelesen, aus den Texten des Theravāda-Buddhismus, der heutzutage in Thailand, Sri Lanka, Burma, Laos und Kambodscha gelebt und praktiziert wird. Die Lehren sind über 2500 Jahre alt, aber sie sind alles andere als veraltet. In den heutigen egalitären Gesellschaftsformen, in denen wir unsere überlieferten Rollen entweder niedergerissen oder in Frage gestellt sehen und in denen das Leben trotz einer Flut „aufgeklärter“ Ideen konfuser ist als je zuvor, fühlen sich die buddhistischen Lehren, die aus einer Zeit stammen, als die Dinge viel einfacher waren, wie frische Luft zum Atmen in einem überfüllten Zimmer an. Vielleicht ist es an der Zeit, zu traditionelleren, dafür aber haltbareren Werten zurückzukehren.

---

* Diese Einführung wurde von Bruce Evans für die englische Übersetzung von *Dhammanūñ Jīvit* verfasst und später für die zweisprachige thai-englische Ausgabe ins Thailändische übersetzt.

แบบแผนความประพฤติต่างๆ ตามที่ถือสืบๆ กันมาแต่เดิม ได้ถูกล้มล้างลงไป หรือถูกตั้งข้อสงสัยไปหมด และทั้งๆ ที่มีแนวคิดภูมิปัญญาชนิดที่ว่า “รู้แจ้งเจนจบ” แพร่สะพัดไป แต่ชีวิตของผู้คนกลับสับสนวุ่นวายยิ่งกว่ายุคสมัยใดๆ ในสภาพเช่นนี้ คำสอนของพระพุทธศาสนาที่ย้อนยุคสมัยมีมาแต่ครั้งที่อะไรๆ ยังเป็นไปตามธรรมดาสามัญกว่านี้อย่างมากมายนั้น จะเป็นเสมือนกระแสอากาศสดชื่นบริสุทธิ์ที่ผ่านเข้ามาในห้องที่มีผู้คนแออัด บางทีอาจจะถึงเวลาแล้วที่เราจะหวนกลับไปหาคุณค่าที่ว่าเก่าๆ แต่คงทนดีกว่า

เมื่อการดำเนินชีวิตและกิจการต่างๆ ยึดหลักความเอื้ออาทรเห็นอกเห็นใจกัน มากกว่าจะมุ่งหาผลประโยชน์ให้แก่ตน ก็จะเห็นผลปรากฏว่าชีวิตและกิจการเหล่านั้นมิใช่จะเลวร้ายอย่างที่เราเคยคิด และที่แท้แล้วมันจะช่วยให้ชีวิตของเราโปร่งโล่งเบาสบายขึ้นด้วย ลองนำแนวคิดของคนสมัยนี้จำนวนมากที่มองสังคมเป็นสนามชิงผลประโยชน์ที่ขัดแย้งกันระหว่างนายจ้างกับลูกจ้าง กับคำสอนง่ายๆ ว่าด้วย “การปฏิบัติต่อกันระหว่างนายจ้างกับลูกจ้าง” หน้า ๖๓ มาเทียบกันดูซิว่าเป็นอย่างไร

คนปัจจุบันจำนวนมากมองชีวิตทุกวงการเป็นการต่อสู้ระหว่างผลประโยชน์ที่ขัดกัน เกิดเป็นฝ่ายนายจ้างกับลูกจ้าง รัฐบาลกับราษฎร คนมีกับคนจน และแม้แต่หญิงกับชาย หรือลูกกับพ่อแม่ เมื่อคนถือเอาทรัพย์และอำนาจเป็นจุดหมายของชีวิต สังคมก็กลายเป็นสนามต่อสู้ระหว่างผลประโยชน์ส่วนตัวที่ขัดกัน เราก็เลยต้องเที่ยวหาจริยธรรมสำหรับมาปกป้องผลประโยชน์เหล่านั้น นี่คือ “จริยธรรมเชิงลบ” กล่าวคือ สังคมยึดหลักผลประโยชน์แบบเห็นแก่ตัว โดยถือ “สิทธิของแต่ละคนที่จะแสวงหาความสุข” แล้วเราก็เลยต้องหาจริยธรรมดังเช่น “สิทธิมนุษยชน” มาคอยกีดกั้นกันและกันไว้ ไม่ให้คนมาเชือดคอหอยกัน ในระหว่างที่กำลังวิ่งหาความสุขนั้น

Wenn Rollen auf Mitgefühl statt auf Ausbeutung beruhen, stellen wir vielleicht fest, dass sie nicht das Übel sind, für das wir sie gehalten hatten, und dass sie tatsächlich unser Leben vereinfachen und harmonisieren können. Man vergleiche zum Beispiel die Einstellung vieler moderner Menschen, die die Gesellschaft als Schlachtfeld für den Wettstreit gegensätzlicher Interessen zwischen „den Bossen“ und „den Arbeitern“ betrachten, mit der einfachen Lehre „Arbeiter und Chef“ auf Seite 64.

Viele Menschen betrachten heutzutage das Leben auf allen Sektoren als ein Ringen gegensätzlicher Interessen – „die Bosse“ gegen „die Arbeiter“, „die Regierung“ gegen „das Volk“, „die Reichen“ gegen „die Armen“ und sogar „die Frauen“ gegen „die Männer“ oder „die Kinder“ gegen „die Eltern“. Wenn der Sinn des Lebens in materiellem Wohlstand oder Macht gesehen wird, dann wird die Gesellschaft zum Kampf gegensätzlicher persönlicher Interessen und wir brauchen eine Ethik, um diese Interessen zu beschützen. Es ist eine „negative Ethik“: Beruht die Gesellschaft auf selbstsüchtigen Interessen – „dem Recht jeder einzelnen Person, nach ihrem Glück zu trachten“ – ist eine Ethik, wie etwa die Menschenrechte, von Nöten, um alle Beteiligten davon abzuhalten, sich im weiteren Verlauf gegenseitig die Kehle durchzuschneiden.

หลักธรรมในพระพุทธศาสนาเป็น “จริยธรรมเชิงบวก” ประโยชน์สุขคือจุดหมาย หาใช่ทรัพย์และอำนาจไม่ พระพุทธศาสนาถือว่า สังคมเป็นสื่อกลาง ที่ช่วยให้ทุกคนมีโอกาสอันเท่าเทียมกันที่จะพัฒนาตนเอง และเข้าถึงประโยชน์สุขได้มากที่สุด และนำเอาจริยธรรมมาใช้เพื่อเกื้อหนุนจุดหมายที่กล่าวนี้

คำสอนที่แสดงไว้ในหนังสือนี้ ยึดถือตามหลักธรรมที่เป็นความจริงอันไม่จำกัดกาล กล่าวคือ กรุณา เมตตา สามัคคี สังคหะ และปัญญา คนสมัยใหม่ที่มองธรรมชาติคนว่าเห็นแก่ตัว อาจจะรู้สึกว่าคำสอนเหล่านี้เป็นเพียงอุดมคติ แต่ก็มิใช่สิ่งที่เป็นไปไม่ได้ หลักธรรมเหล่านี้สามารถนำมาปฏิบัติได้จริง อย่างไรก็ตาม จะต้องระลึกไว้ว่า คำสอนเหล่านี้เก่าแก่ถึง ๒,๕๐๐ ปีแล้ว อาจจะมีอยู่ ๒–๓ อย่างที่จะต้องนำมาแปลความหมายให้เข้ากับสภาพปัจจุบัน แต่ข้าพเจ้ามีความรู้สึกว่า คำสอนเหล่านั้นง่ายพอที่ผู้อ่านจะกลั่นกรองความหมายเอามาใช้ได้ด้วยตนเอง ขอให้หลักธรรมดังกล่าวอำนวยประโยชน์แก่ท่านผู้อ่าน เหมือนดังที่ได้อำนวยประโยชน์แก่ชาวพุทธจำนวนมากมายทั่วทั้งโลก

Die buddhistischen Lehren sind eine „positive Ethik“: Wohlergehen statt Macht oder Reichtum ist das Ziel; die Gesellschaft wird als Medium gesehen, durch das alle Menschen die gleiche Gelegenheit haben, ihre innere Entfaltung und ihr Wohl zu maximieren, und Ethik wird benutzt, um diesen Zweck zu erfüllen.

Die Lehren, die in diesem Buch enthalten sind, beruhen auf zeitlosen Prinzipien: Mitgefühl, Wohlmeinen, Harmonie, Zusammenarbeit und Weisheit. Dem modernen Zyniker mögen sie idealistisch erscheinen, aber sie sind nicht unmöglich. Sie können in die Praxis umgesetzt werden. Allerdings möge man im Sinn behalten, dass sie 2500 Jahre alt sind. Es mögen ein oder zwei Lehren dabei sein, die in einen moderneren Kontext übertragen werden müssen, aber ich habe das Gefühl, dass die darin enthaltene Botschaft einfach genug ist, dass der Leser die Übertragung für sich selbst herauslesen kann. Mögen sich diese Lehren für den Leser genauso nützlich erweisen wie für zahllose Buddhisten auf der ganzen Welt.

อักษรย่อชื่อคัมภีร์*

เรียงตามอักขรวิธีแห่งมคธภาษา

(ที่พิมพ์ตัว เอนหนา คือ คัมภีร์ในพระไตรปิฎก)

องฺ.อ. องฺคุตฺตรนิกาย อฏฺฐกถา (มโนรถปูรณี)
องฺ.อฏฺฐก. องฺคุตฺตรนิกาย อฏฺฐกนิปาต
องฺ.เอก. องฺคุตฺตรนิกาย เอกนิปาต
องฺ.เอกาทสก. องฺคุตฺตรนิกาย เอกาทสกนิปาต
องฺ.จตุกฺก. องฺคุตฺตรนิกาย จตุกฺกนิปาต
องฺ.ฉกฺก. องฺคุตฺตรนิกาย ฉกฺกนิปาต
องฺ.ติก. องฺคุตฺตรนิกาย ติกนิปาต
องฺ.ทสก. องฺคุตฺตรนิกาย ทสกนิปาต
องฺ.ทุก. องฺคุตฺตรนิกาย ทุกนิปาต
องฺ.นวก. องฺคุตฺตรนิกาย นวกนิปาต
องฺ.ปญฺจก. องฺคุตฺตรนิกาย ปญฺจกนิปาต
องฺ.สตฺตก. องฺคุตฺตรนิกาย สตฺตกนิปาต
อป.อ. อปทาน อฏฺฐกถา (วิสุทฺธชนวิลาสินี)
อภิ.ก. อภิธมฺมปิฎก กถาวตฺถุ
อภิ.ธา. อภิธมฺมปิฎก ธาตุกถา
อภิ.ป. อภิธมฺมปิฎก ปฏฺฐาน
อภิ.ปุ. อภิธมฺมปิฎก ปุคฺคลปญฺญตฺติ
อภิ.ยมก. อภิธมฺมปิฎก ยมก
อภิ.วิ. อภิธมฺมปิฎก วิภงฺค
อภิ.สํ. อภิธมฺมปิฎก ธมฺมสงฺคณี
อิติ.อ. อิติวุตฺตก อฏฺฐกถา (ปรมตฺถทีปนี)
อุ.อ.,อุทาน.อ. อุทาน อฏฺฐกถา (ปรมตฺถทีปนี)
ขุ.อป. ขุทฺทกนิกาย อปทาน
ขุ.อิติ. ขุทฺทกนิกาย อิติวุตฺตก
ขุ.อุ. ขุทฺทกนิกาย อุทาน
ขุ.ขุ. ขุทฺทกนิกาย ขุทฺทกปาฐ
ขุ.จริยา. ขุทฺทกนิกาย จริยาปิฎก
ขุ.จู. ขุทฺทกนิกาย จูฬนิทฺเทส
ขุ.ชา. ขุทฺทกนิกาย ชาตก
ขุ.เถร. ขุทฺทกนิกาย เถรคาถา
ขุ.เถรี. ขุทฺทกนิกาย เถรีคาถา
ขุ.ธ. ขุทฺทกนิกาย ธมฺมปท
ขุ.ปฏิ. ขุทฺทกนิกาย ปฏิสมฺภิทามคฺค
ขุ.เปต. ขุทฺทกนิกาย เปตวตฺถุ
ขุ.พุทฺธ. ขุทฺทกนิกาย พุทฺธวํส
ขุ.ม.,ขุ.มหา. ขุทฺทกนิกาย มหานิทฺเทส
ขุ.วิมาน. ขุทฺทกนิกาย วิมานวตฺถุ
ขุ.สุ. ขุทฺทกนิกาย สุตฺตนิปาต
ขุทฺทก.อ. ขุทฺทกปาฐ อฏฺฐกถา (ปรมตฺถโชติกา)
จริยา.อ. จริยาปิฎก อฏฺฐกถา (ปรมตฺถทีปนี)
ชา.อ. ชาตกฏฺฐกถา
เถร.อ. เถรคาถา อฏฺฐกถา (ปรมตฺถทีปนี)
เถรี.อ. เถรีคาถา อฏฺฐกถา (ปรมตฺถทีปนี)
ที.อ. ทีฆนิกาย อฏฺฐกถา (สุมงฺคลวิลาสินี)
ที.ปา. ทีฆนิกาย ปาฏิกวคฺค
ที.ม. ทีฆนิกาย มหาวคฺค
ที.สี. ทีฆนิกาย สีลกฺขนฺธวคฺค
ธ.อ. ธมฺมปทฏฺฐกถา
นิทฺ.อ. นิทฺเทส อฏฺฐกถา (สทฺธมฺมปชฺโชติกา)
ปญฺจ.อ. ปญฺจปกรณ อฏฺฐกถา (ปรมตฺถทีปนี)
ปฏิสํ.อ. ปฏิสมฺภิทามคฺค อฏฺฐกถา (สทฺธมฺมปกาสินี)
เปต.อ. เปตวตฺถุ อฏฺฐกถา (ปรมตฺถทีปนี)
พุทฺธ.อ. พุทฺธวํส อฏฺฐกถา (มธุรตฺถวิลาสินี)
ม.อ. มชฺฌิมนิกาย อฏฺฐกถา (ปปญฺจสูทนี)
ม.อุ. มชฺฌิมนิกาย อุปริปณฺณาสก
ม.ม. มชฺฌิมนิกาย มชฺฌิมปณฺณาสก
ม.มู. มชฺฌิมนิกาย มูลปณฺณาสก
มงฺคล. มงฺคลตฺถทีปนี
มิลินฺท. มิลินฺทปญฺหา
วินย. วินยปิฎก
วินย.อ. วินย อฏฺฐกถา (สมนฺตปาสาทิกา)
วินย.ฏีกา วินยฏฺฐกถา ฏีกา (สารตฺถทีปนี)
วิภงฺค.อ. วิภงฺค อฏฺฐกถา (สมฺโมหวิโนทนี)
วิมาน.อ. วิมานวตฺถุ อฏฺฐกถา (ปรมตฺถทีปนี)
วิสุทฺธิ. วิสุทฺธิมคฺค
วิสุทฺธิ.ฏีกา วิสุทฺธิมคฺค มหาฏีกา (ปรมตฺถมญฺชุสา)
สงฺคณี อ. ธมฺมสงฺคณี อฏฺฐกถา (อฏฺฐสาลินี)
สงฺคห. อภิธมฺมตฺถสงฺคห
สงฺคห.ฏีกา อภิธมฺมตฺถสงฺคห ฏีกา (อภิธมฺมตฺถวิภาวินี)
สํ.อ. สํยุตฺตนิกาย อฏฺฐกถา (สารตฺถปกาสินี)
สํ.ข. สํยุตฺตนิกาย ขนฺธวารวคฺค
สํ.นิ. สํยุตฺตนิกาย นิทานวคฺค
สํ.ม. สํยุตฺตนิกาย มหาวารวคฺค
สํ.ส. สํยุตฺตนิกาย สคาถวคฺค
สํ.สห. สํยุตฺตนิกาย สหายตนวคฺค
สุตฺต.อ. สุตฺตนิปาต อฏฺฐกถา (ปรมตฺถโชติกา)

---

* คัมภีร์ที่สำคัญได้นำมาลงไว้ทั้งหมด แม้ว่าบางคัมภีร์จะมิได้มีการอ้างอิงในหนังสือนี้

Abkürzungen

Namen aller wichtigen buddhistischen Schriften (kanonische in ***halbfett kursiv***)*

A.	***Aṅguttaranikāya (5 Bände)***
AA.	Aṅguttaranikāya Aṭṭhakathā (Manorathapūraṇī)
Ap.	***Apadāna (Khuddakanikāya)***
ApA.	Apadāna Aṭṭhakathā (Visuddhajanavilāsinī)
Bv.	***Buddhavaṁsa (Khuddakanikāya)***
BvA.	Buddhavaṁsa Aṭṭhakathā (Madhuratthavilāsinī)
Comp.	Compendium der Philosophie (Abhidhammatthasaṅgaha)
Cp.	***Cariyāpiṭaka (Khuddakanikāya)***
CpA.	Cariyāpiṭaka Aṭṭhakathā (Paramatthadīpanī)
D.	***Dīghanikāya (3 Bände)***
DA.	Dīghanikāya Aṭṭhakathā (Sumaṅgalavilāsinī)
DAT.	Dīghanikāya Aṭṭhakathā Ṭikā (Līnatthapakāsinī)
Dh.	***Dhammapada (Khuddakanikāya)***
DhA.	Dhammapada Aṭṭhakathā (Paramatthadīpanī)
Dhs.	***Dhammasaṅgaṇī (Abhidhamma)***
DhsA.	Dhammasaṅgaṇī Aṭṭhakathā (Aṭṭhasālinī)
Dhtk.	***Dhātukathā (Abhidhamma)***
DhtkA.	Dhātukathā Aṭṭhakathā (Paramatthadīpanī)
It.	***Itivuttaka (Khuddakanikāya)***
ItA.	Itivuttaka Aṭṭhakathā (Paramatthadīpanī)
J.	***Jātaka (inkl. Aṭṭhakathā)***
Kh.	***Khuddakapāṭha (Khuddakanikāya)***
KhA.	Khuddakapāṭha Aṭṭhakathā (Paramatthajotikā)
Kvu.	***Kathāvatthu (Abhidhamma)***
KvuA.	Kathāvatthu Aṭṭhakathā
M.	***Majjhimanikāya (3 Bände)***
MA.	Majjhimanikāya Aṭṭhakathā (Papañcasūdanī)
Miln.	Milindapañha
Nd¹	***Mahāniddesa (Khuddakanikāya)***
Nd²	***Cūḷaniddesa (Khuddakanikāya)***
NdA.	Niddesa Aṭṭhakathā (Saddhammapajjotikā)
Nett.	Nettipakaraṇa
Paṭ.	***Paṭṭhāna (Abhidhamma)***
PaṭA.	Paṭṭhāna Aṭṭhakathā (Paramatthadīpanī)
Ps.	***Paṭisambhidāmagga (Khuddakanikāya)***
PsA.	Paṭisambhidāmagga Aṭṭhakathā (Saddhammapakāsinī)
Ptk.	Peṭakopadesa
Pug.	***Puggalapaññatti (Abhidhamma)***
PugA.	Puggalapaññatti Aṭṭhakathā (Paramatthadīpanī)
Pv.	***Petavatthu (Khuddakanikāya)***
PvA.	Petavatthu Aṭṭhakathā (Paramatthadīpanī)
S.	***Saṁyuttanikāya (5 Bände)***
SA.	Saṁyuttanikāya Aṭṭhakathā (Sāratthapakāsinī)
Sn.	***Suttanipāta (Khuddakanikāya)***
SnA.	Suttanipāta Aṭṭhakathā (Paramatthajotikā)
Thag.	***Theragāthā (Khuddakanikāya)***
ThagA.	Theragāthā Aṭṭhakathā (Paramatthadīpanī)
Thīg.	***Therīgāthā (Khuddakanikāya)***
ThīgA.	Therīgāthā Aṭṭhakathā (Paramatthadīpanī)
Ud.	***Udāna (Khuddakanikāya)***
UdA.	Udāna Aṭṭhakathā (Paramatthadīpanī)
Vbh.	***Vibhaṅga (Abhidhamma)***
VbhA.	Vibhaṅga Aṭṭhakathā (Sammohavinodanī)
Vin.	***Vinaya Piṭaka (5 Bände)***
VinA.	Vinaya Aṭṭhakathā (Samantapāsādikā)
VinṬ.	Vinaya Aṭṭhakathā Ṭikā (Sāratthadīpanī)
Vism.	Visuddhimagga
VismṬ.	Visuddhimagga Mahāṭīkā (Paramatthamañjusā)
Vv.	***Vimānavatthu (Khuddakanikāya)***
VvA.	Vimānavatthu Aṭṭhakathā (Paramatthadīpanī)
Yam.	Yamaka (Abhidhamma)
YamA.	Yamaka Aṭṭhakathā (Param.dīp.)

* Die grau gedruckten Schriften werden in diesem Buch nicht zitiert.

สารบัญ

ภาค ๑: วินัยชาวพุทธ **๑**

ภาค ๒: ธรรมนูญชีวิต **๑๒**

หมวดนำ: คนกับความเป็นคน ๑๒

๑. คนผู้เป็นสัตว์ประเสริฐ ๑๒

๒. คนสมบูรณ์แบบ ๑๕

หมวดหนึ่ง: คนกับสังคม ๑๘

๓. คนมีศีลธรรม ๑๘

๔. คนมีคุณแก่ส่วนรวม ๒๑

๕. คนผู้เป็นส่วนร่วมที่ดีของหมู่ชน ๒๓

๖. คนมีส่วนร่วมในการปกครองที่ดี ๒๖

๗. คนผู้นำรัฐ ๒๘

หมวดสอง: คนกับชีวิต ๓๓

๘. คนมีชีวิตอยู่อย่างมั่นใจ ๓๓

๙. คนประสบความสำเร็จ ๓๗

๑๐. คนรู้จักทำมาหาเลี้ยงชีพ ๔๐

๑๑. คนครองเรือนที่เลิศล้ำ ๔๓

๑๒. คนไม่หลงโลก ๔๘

หมวดสาม: คนกับคน ๕๑

๑๓. คนร่วมชีวิต ๕๑

๑๔. คนรับผิดชอบตระกูล ๕๕

๑๕. คนสืบตระกูล ๕๗

๑๖. คนที่จะคบหา ๖๑

๑๗. คนงาน–นายงาน ๖๔

Inhalt

Teil Eins: Die Disziplin eines Buddhisten **1**

Teil Zwei: Eine Verfassung fürs Leben **12**

Einleitender Abschnitt: Mensch und Menschsein 12

1. Der Mensch ist ein besonderes Wesen 12
2. Ein vollständiger Mensch 15

Abschnitt Eins: Mensch und Gesellschaft 18

3. Ein Mensch mit ethischen Qualitäten 18
4. Ein Mensch mit Wert für die Allgemeinheit 21
5. Ein förderlicher Gruppenteilnehmer 23
6. Ein Mensch, der zu gutem Staatswesen beiträgt 26
7. Der Staatslenker 28

Abschnitt Zwei: Mensch und Leben 33

8. Der Zuversichtliche 33
9. Der Erfolgreiche 37
10. Ein kluger Ernährer 40
11. Ein hervorragender Haushälter 43
12. Ein Mensch, der nicht in die Irre geht 48

Abschnitt Drei: Mensch und Mensch 51

13. Lebensgefährten 51
14. Ein Mensch, der Verantwortung für die Familie trägt 55
15. Erhalter der Familienlinie 57
16. Menschen des persönlichen Umgangs 61
17. Arbeiter und Chef 64

หมวดสี่: คนกับมรรคา ๖๕
๑๘. คนผู้สั่งสอนหรือให้การศึกษา ๖๕
๑๙. คนผู้เล่าเรียนศึกษา ๖๙
๒๐. คนใกล้ชิดศาสนา ๗๓
๒๑. คนสืบศาสนา ๗๖
๒๒. คนถึงธรรม ๗๘
บันทึกท้ายเล่ม ๘๑

Abschnitt Vier: Mensch und Weg 65
18. Der Lehrer oder Ausbilder 65
19. Der Lernende 69
20. Anhänger der Buddhalehre 73
21. Erhalter der Buddhalehre 76
22. Ein Mensch, im Dhamma angekommen 78
Endnoten 81

สารบัญพิสดาร

คำปรารภ (๑)
บทนำ (๓)
อักษรย่อชื่อคัมภีร์ (๖)
ภาค ๑: วินัยชาวพุทธ ๑
หมวดหนึ่ง: วางฐานชีวิตให้มั่น ๑
กฎ ๑: เว้นชั่ว ๑๔ ประการ ๑
ก. เว้นกรรมกิเลส ๔ ๑
ข. เว้นอคติ ๔ ๑
ค. เว้นอบายมุข ๖ ๒
กฎ ๒: เตรียมทุนชีวิต ๒ ด้าน ๒
ก. เลือกสรรคนที่จะเสวนา ๒
๑. รู้ทันมิตรเทียม ๒
๒. รู้ถึงมิตรแท้ ๓
ข. จัดสรรทรัพย์ที่หามาได้ ๔
กฎ ๓: รักษาความสัมพันธ์ ๖ ทิศ ๔
ก. ทำทุกทิศให้เกษมสันต์ ๔
ทิศที่ ๑ บิดามารดา ๔
ทิศที่ ๒ ครูอาจารย์ ๕
ทิศที่ ๓ ภรรยา ๕
ทิศที่ ๔ มิตรสหาย ๖
ทิศที่ ๕ คนรับใช้และคนงาน ๖
ทิศที่ ๖ พระสงฆ์ ๗
ข. เกื้อกูลกันประสานสังคม ๘

Inhalt im Detail

Vorbemerkungen (1)

Einführung (3)

Abkürzungen (6)

Teil Eins: Die Disziplin eines Buddhisten 1

Abschnitt Eins: Eine feste Grundlage fürs Leben schaffen 1

Regel Eins: Enthalten von den 14 Arten von Übel 1

A. Enthalten von den vier Arten von *kammakilesa* 1

B. Enthalten von den vier Arten von *agati* 1

C. Enthalten von den sechs *apāyamukha* 2

Regel Zwei: Lebensressourcen auf zwei Gebieten gestalten 2

A. Richtigen Umgang wählen 2

1. Falsche Freunde durchschauen 2

2. Echte Freunde erkennen 3

B. Angemessener Umgang mit Besitz 4

Regel Drei: Gute Beziehung zu den sechs Richtungen wahren 4

A. Für alle Richtungen Geborgenheit und Frieden gewährleisten 4

1. Richtung: Eltern 4

2. Richtung: Lehrer 5

3. Richtung: Ehefrau 5

4. Richtung: Freunde 6

5. Richtung: Diener und Angestellte 6

6. Richtung: Mönche 7

B. Gegenseitige Hilfe für Zusammenhalt in der Gesellschaft 8

หมวดสอง: *นำชีวิตให้ถึงจุดหมาย* ๙
ก. จุดหมาย ๓ ขั้น ๙
ขั้นที่ ๑ จุดหมายขั้นตาเห็น ๙
ขั้นที่ ๒ จุดหมายขั้นเลยตาเห็น ๙
ขั้นที่ ๓ จุดหมายสูงสุด ๑๐
ข. จุดหมาย ๓ ด้าน **๑๐**
ด้านที่ ๑ จุดหมายเพื่อตน ๑๐
ด้านที่ ๒ จุดหมายเพื่อผู้อื่น ๑๐
ด้านที่ ๓ จุดหมายร่วมกัน ๑๐
ชาวพุทธชั้นนำ **๑๑**

ภาค ๒: ธรรมนูญชีวิต **๑๒**
หมวดนำ: คนกับความเป็นคน **๑๒**
๑. คนผู้เป็นสัตว์ประเสริฐ (สมาชิกในสังกัดมนุษยชาติ) ๑๒
๒. คนสมบูรณ์แบบ (สมาชิกที่ดีของมนุษยชาติ) ๑๕
หมวดหนึ่ง: คนกับสังคม ๑๘
๓. คนมีศีลธรรม (สมาชิกในหมู่อารยชน) ๑๘
ก. มีสุจริตทั้งสาม ๑๘
ข. ประพฤติตามอารยธรรม ๑๘
ค. อย่างต่ำมีศีล ๕ ๒๐
๔. คนมีคุณแก่ส่วนรวม (สมาชิกที่ดีของสังคม) ๒๑
ก. มีพรหมวิหาร ๒๑
ข. บำเพ็ญการสงเคราะห์ ๒๒

Abschnitt Zwei: Die Lebensziele erreichen 9
A. Drei Stufen von Zielen 9
1. Stufe: Ziele, die vor Augen liegen 9
2. Stufe: Ziele, die über das vor Augen liegende hinausgehen 9
3. Stufe: die höchsten Ziele 10
B. Drei Anwendungsgebiete der Ziele 10
1. Gebiet: Ziele für einen selbst 10
2. Gebiet: Ziele für andere 10
3. Gebiet: gemeinsame Ziele 10
Ein Buddhist von Führungsrang 11

Teil Zwei: Eine Verfassung fürs Leben 12

Einleitender Abschnitt: Mensch und Menschsein 12
1. Der Mensch ist ein besonderes Wesen 12
2. Ein vollständiger Mensch 15

Abschnitt Eins: Mensch und Gesellschaft 18
3. Ein Mensch mit ethischen Qualitäten 18
A. Er besitzt alle drei Arten guten Verhaltens 18
B. Er geht nach den Prinzipien zivilisierten Verhaltens vor 18
C. Er hält mindestens die fünf Ethikregeln ein 20
4. Ein Mensch mit Wert für die Allgemeinheit 21
A. Er hat die Göttlichen Verweilungen (*brahmavihāra*) inne 21
B. Er leistet Beistand 22

๕. คนผู้เป็นส่วนร่วมที่ดีของหมู่ชน (สมาชิกที่ดีของชุมชน) ๒๓
ก. พึ่งตนเองได้ ๒๓
ข. อยู่ร่วมในหมู่ด้วยดี ๒๔
๖. คนมีส่วนร่วมในการปกครองที่ดี (สมาชิกที่ดีของรัฐ) ๒๖
ก. รู้หลักอธิปไตย ๒๖
ข. มีส่วนในการปกครอง ๒๗
๗. คนผู้นำรัฐ (พระมหากษัตริย์ หรือผู้ปกครองบ้านเมือง) ๒๘
ก. ทรงทศพิธราชธรรม ๒๘
ข. บำเพ็ญกรณีย์ของจักรพรรดิ ๓๐
ค. ประกอบราชสังคหะ ๓๑
ง. ละเว้นอคติ ๓๒
หมวดสอง: คนกับชีวิต **๓๓**
๘. คนมีชีวิตอยู่อย่างมั่นใจ (ชีวิตที่เลิศล้ำสมบูรณ์) ๓๓
ก. นำชีวิตสู่จุดหมาย ๓๓
ข. ภายในทรงพลัง ๓๕
ค. ตั้งตนบนฐานที่มั่น ๓๖
๙. คนประสบความสำเร็จ (ชีวิตที่ก้าวหน้าและสำเร็จ) ๓๗
ก. หลักความเจริญ ๓๗
ข. หลักความสำเร็จ ๓๘
ค. หลักเผล็ดโพธิญาณ ๓๙
๑๐. คนรู้จักทำมาหาเลี้ยงชีพ (ชีวิตที่เป็นหลักฐาน) ๔๐
ก. ขั้นหาและรักษาสมบัติ ๔๐
ข. ขั้นแจงจัดสรรทรัพย์ ๔๑
ค. ขั้นจับจ่ายกินใช้ ๔๑

5. Ein förderlicher Gruppenteilnehmer 23
A. Er kann sich auf sich selbst verlassen 23
B. Er fügt sich harmonisch in die Gruppe ein 24
6. Ein Mensch, der zu gutem Staatswesen beiträgt 26
A. Er versteht die drei Arten oberster Instanz 26
B. Er beteiligt sich am Staatswesen 27
7. Der Staatslenker 28
A. Er ist mit zehn königlichen Qualitäten ausgestattet 28
B. Er lebt nach der Sitte eines Universalherrschers 30
C. Er sorgt für königliche Hilfe 31
D. Er vermeidet Befangenheit 32

Abschnitt Zwei: Mensch und Leben 33
8. Der Zuversichtliche 33
A. Er lenkt sein Leben zum Ziel 33
B. Er besitzt innere Stärke 35
C. Er steht auf einer festen Grundlage 36
9. Der Erfolgreiche 37
A. Rüstzeug des Fortschritts 37
B. Rüstzeug des Erfolgs 38
C. Rüstzeug für die Frucht des Erwachens 39
10. Ein kluger Ernährer 40
A. Die Ebene, auf der man Wohlstand erwirbt und schützt 40
B. Die Ebene, auf der man seine Mittel einteilt 41
C. Die Ebene, auf der man ausgibt und konsumiert 41

๑๑. คนครองเรือนที่เลิศล้ำ (ชีวิตบ้านที่สมบูรณ์) ๔๓
ก. มีความสุขสี่ประการ ๔๓
ข. เป็นชาวบ้านแบบฉบับ ๔๔
ค. กำกับชีวิตด้วยธรรมสี่ ๔๕
ง. รับผิดชอบชีวิตที่เกี่ยวข้อง ๔๖
จ. ครองตนเป็นพลเมืองที่ดี ๔๗
๑๒. คนไม่หลงโลก (ชีวิตที่ไม่ถลำพลาด) ๔๘
ก. รู้ทันโลกธรรม ๔๘
ข. ไม่มองข้ามเทวทูต ๔๙
ค. คำนึงสูตรแห่งชีวิต ๕๐
หมวดสาม: คนกับคน **๕๑**
๑๓. คนร่วมชีวิต (คู่ครองที่ดี) ๕๑
ก. คู่สร้างคู่สม ๕๑
ข. คู่ชื่นชมคู่ระกำ ๕๒
ค. คู่ศีลธรรมคู่ความดี ๕๓
ง. คู่ถูกหน้าที่ต่อกัน ๕๓
จ. พ่อบ้านเห็นใจภรรยา ๕๔
๑๔. คนรับผิดชอบตระกูล (หัวหน้าครอบครัวที่ดี) ๕๕
ก. รักษาตระกูลให้คงอยู่ ๕๕
ข. บูชาคนที่เหมือนไฟ ๕๕
ค. ใส่ใจบุตรธิดา ๕๖
ง. ทำหน้าที่ผู้มาก่อน ๕๖
จ. เป็นราษฎรที่มีคุณภาพ ๕๖

11. Ein hervorragender Haushälter 43
A. Er besitzt die vier Arten von Glück 43
B. Er ist ein mustergültiger Haushälter 44
C. Er hat sein Leben im Griff 45
D. Er übernimmt Verantwortung für seine Anvertrauten 46
E. Er bewährt sich als guter Bürger 47
12. Ein Mensch, der nicht in die Irre geht 48
A. Mit Erkenntnis den Weltlichkeiten gewachsen sein 48
B. Die Götterboten nicht übersehen 49
C. Den Algorithmus des Lebens bedenken 50

Abschnitt Drei: Mensch und Mensch 51
13. Lebensgefährten 51
A. Ein Paar verwandter Seelen, die zueinander passen 51
B. Herzliche Paare, schmerzliche Paare 52
C. Partner in Ethik und Tugend 53
D. Partner in gegenseitiger Verpflichtung 53
E. Der Hausvater hat Verständnis für seine Ehefrau 54
14. Ein Mensch, der Verantwortung für die Familie trägt 55
A. Er ist ein Garant für den Fortbestand der Familie 55
B. Er ehrt Menschen, die wie Feuer sind 55
C. Er kümmert sich um seine Kinder 56
D. Er erfüllt seine Pflichten als Elternteil 56
E. Er ist ein guter Bürger 56

๑๕. คนสืบตระกูล (ทายาทที่ดี) ๕๗
ก. เปิดประตูสู่ความเจริญก้าวหน้า ๕๗
ข. ปิดช่องทางที่เข้ามาของความเสื่อม ๕๘
ค. เชื่อมสายสัมพันธ์กับบุรพการี ๕๙
ง. มีหลักประกันของชีวิตที่พัฒนา ๕๙
๑๖. คนที่จะคบหา (มิตรแท้–มิตรเทียม) ๖๑
ก. มิตรเทียม ๖๑
ข. มิตรแท้ ๖๒
ค. มิตรต่อมิตร ๖๓
๑๗. คนงาน–นายงาน (ลูกจ้าง–นายจ้าง) ๖๔
ก. นายจ้างพึงบำรุงคนรับใช้และคนงาน ๖๔
ข. คนรับใช้และคนงานมีน้ำใจช่วยเหลือนาย ๖๔
หมวดสี่: คนกับมรรคา **๖๕**
๑๘. คนผู้สั่งสอนหรือให้การศึกษา (ครู อาจารย์ หรือผู้แสดงธรรม) ๖๕
ก. เป็นกัลยาณมิตร ๖๕
ข. ตั้งใจประสิทธิ์ความรู้ ๖๖
ค. มีลีลาครูครบทั้งสี่ ๖๖
ง. มีหลักตรวจสอบสาม ๖๗
จ. ทำหน้าที่ครูต่อศิษย์ ๖๗
๑๙. คนผู้เล่าเรียนศึกษา (นักเรียน นักศึกษา นักค้นคว้า) ๖๙
ก. รู้หลักบุพภาคของการศึกษา ๖๙
ข. มีหลักประกันของชีวิตที่พัฒนา ๗๐
ค. ทำตามหลักเสริมสร้างปัญญา ๗๐
ง. ศึกษาให้เป็นพหูสูต ๗๑
จ. เคารพผู้จุดประทีปปัญญา ๗๒

15. Erhalter der Familienlinie 57
A. Die Tür zu Wachstum und Fortschritt öffnen 57
B. Dem Ruin keinen Zugang gewähren 58
C. Ein feste Bindung mit den Zuvorkommenden eingehen 59
D. Die Absicherung für ein Leben in Reife 59
16. Menschen des persönlichen Umgangs 61
A. Falsche Freunde 61
B. Echte Freunde 62
C. Von Freund zu Freund 63
17. Arbeiter und Chef 64
A. Der Arbeitgeber sollte seine Angestellten fördern 64
B. Ein Angestellter unterstützt seinen Arbeitgeber 64

Abschnitt Vier: Mensch und Weg 65
18. Der Lehrer oder Ausbilder 65
A. Er ist ein wirklich guter Freund 65
B. Er widmet sich der Wissensvermittlung 66
C. Er verfügt über die Anmut eines Lehrers 66
D. Er legt die dreifache Messlatte an 67
E. Er erfüllt die Lehrerpflichten gegenüber seinen Schülern 67
19. Der Lernende 69
A. Die Vorbedingungen des Lernens kennen 69
B. Eine Absicherung haben für ein Leben in Reife 70
C. Prinzipien befolgen, die Weisheit hervorbringen und fördern 70
D. Lernen für Sachkenntnis 71
E. Respekt für jene, die das Licht der Weisheit anzünden 72

๒๐. คนใกล้ชิดศาสนา (อุบาสก อุบาสิกา) ๗๓
ก. เกื้อกูลพระ ๗๓
ข. กระทำบุญ ๗๓
ค. คุ้นพระศาสนา ๗๔
ง. เป็นอุบาสกอุบาสิกาชั้นนำ ๗๕
จ. หมั่นสำรวจความก้าวหน้า ๗๕
๒๑. คนสืบศาสนา (พระภิกษุสงฆ์) ๗๖
ก. อนุเคราะห์ชาวบ้าน ๗๖
ข. หมั่นพิจารณาตนเอง ๗๖
๒๒. คนถึงธรรม (ผู้หมดกิเลส) ๗๘
บันทึกท้ายเล่ม ๘๑
ชีวประวัติของสมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ย่อ) ๘๔
บันทึกของผู้แปล ๘๗

20. Anhänger der Buddhalehre 73
A. Unterstützung der Ordinierten 73
B. Verdienste schaffen 73
C. Mit der Lehre vertraut sein 74
D. Laienanhänger und Laienanhängerinnen von Führungsrang 75
E. Immer wieder das Vorankommen überprüfen 75
21. Erhalter der Buddhalehre 76
A. Unterstützung der Hausleute 76
B. Regelmäßige Selbstüberprüfung 76
22. Ein Mensch, im Dhamma angekommen 78

Endnoten 81
Über den Verfasser 84
Anmerkungen des Übersetzers 87

ภาค ๑: วินัยชาวพุทธ

พระสงฆ์มีวินัยของพระภิกษุ ที่จะต้องประพฤติให้เป็นผู้มีศีล ชาวพุทธและมนุษย์ทั่วไป ก็มีวินัยของคฤหัสถ์ ที่จะต้องปฏิบัติให้เป็นมาตรฐาน

หมวดหนึ่ง

วางฐานชีวิตให้มั่น

ชาวพุทธจะต้องดำเนินชีวิตที่ดีงาม และร่วมสร้างสรรค์สังคมให้เจริญมั่นคง ตามหลัก วินัยของคฤหัสถ์ (คิหิวินัย) ดังนี้

กฎ ๑: เว้นชั่ว ๑๔ ประการ

ก. เว้นกรรมกิเลส (บาปกรรมที่ทำให้ชีวิตมัวหมอง) ๔ คือ

๑. ไม่ทำร้ายร่างกายทำลายชีวิต (เว้นปาณาติบาต)

๒. ไม่ลักทรัพย์ละเมิดกรรมสิทธิ์ (เว้นอทินนาทาน)

๓. ไม่ประพฤติผิดทางเพศ (เว้นกาเมสุมิจฉาจาร)

๔. ไม่พูดเท็จโกหกหลอกลวง (เว้นมุสาวาท)

ข. เว้นอคติ (ความลำเอียง/ประพฤติคลาดธรรม) ๔ คือ

๑. ไม่ลำเอียงเพราะชอบ (เว้นฉันทาคติ)

๒. ไม่ลำเอียงเพราะชัง (เว้นโทสาคติ)

๓. ไม่ลำเอียงเพราะเขลา (เว้นโมหาคติ)

๔. ไม่ลำเอียงเพราะขลาด (เว้นภยาคติ)

Teil Eins
Die Disziplin eines Buddhisten

Die Mönche haben ihre Ordensdisziplin zu befolgen, um ethische Menschen zu sein. Ebenso haben (Laien-)Buddhisten und die Menschen allgemein eine Disziplin für Hausleute, die sie als Verhaltensmaßstab befolgen sollten.

Abschnitt Eins
Eine feste Grundlage fürs Leben schaffen

Buddhisten sollten ein fruchtbares und achtbares Leben führen und zum Gedeihen und zur Stabilität der Gesellschaft beitragen, nach den Prinzipien der Disziplin für Hausleute (*gihi-vinaya*), und zwar:

REGEL EINS: Enthalten von den folgenden 14 Arten von Übel

***A. Enthalten von den vier Arten von* kammakilesa** (üble Handlungen, die das Leben beflecken und verfinstern), das heißt:

1. Nicht körperlich verletzen oder Leben nehmen (Enthalten von *pāṇātipāta*).
2. Nicht stehlen oder Eigentumsrechte verletzen (Enthalten von *adinnādāna*).
3. Keinerlei sexuelles Fehlverhalten ausüben (Enthalten von *kāmesumicchācāra*).
4. Nicht lügen, betrügen, täuschen (Enthalten von *musāvāda*).

***B. Enthalten von den vier Arten von* agati** (Befangenheit), das heißt:

1. Nicht befangen sein aufgrund von Wollen (frei sein von *chandāgati*).
2. Nicht befangen sein aufgrund von Hass (frei sein von *dosāgati*).
3. Nicht befangen sein aufgrund von Verblendung (frei von *mohāgati*).
4. Nicht befangen sein aufgrund von Angst (frei sein von *bhayāgati*).

ค. เว้นอบายมุข (ช่องทางเสื่อมทรัพย์อับชีวิต) ๖ คือ

๑. ไม่เสพติดสุรายาเมา

๒. ไม่เอาแต่เที่ยวไม่รู้เวลา

๓. ไม่จ้องหาแต่รายการบันเทิง

๔. ไม่เหลิงไปหาการพนัน

๕. ไม่พัวพันมั่วสุมมิตรชั่ว

๖. ไม่มัวจมอยู่ในความเกียจคร้าน

กฎ ๒: เตรียมทุนชีวิต ๒ ด้าน

ก. เลือกสรรคนที่จะเสวนา คบคนที่จะนำชีวิตไปในทางแห่งความเจริญและสร้างสรรค์ โดยหลีกเว้นมิตรเทียม คบหาแต่มิตรแท้ คือ

๑. **รู้ทันมิตรเทียม** *หรือ* **ศัตรูผู้มาในร่างมิตร** (มิตรปฏิรูปก์) ๔ ประเภท

๑) **คนปอกลอก** มีแต่ขนเอาของเพื่อนไป มีลักษณะ ๔

(๑) คิดเอาแต่ได้ฝ่ายเดียว

(๒) ยอมเสียน้อย โดยหวังจะเอาให้มาก

(๓) ตัวมีภัย จึงมาช่วยทำกิจเพื่อน

(๔) คบเพื่อน เพราะเห็นแก่ผลประโยชน์

๒) **คนดีแต่พูด** มีลักษณะ ๔

(๑) ดีแต่ยกของหมดแล้วมาปราศรัย

(๒) ดีแต่อ้างของยังไม่มีมาปราศรัย

(๓) สงเคราะห์ด้วยสิ่งที่หาประโยชน์มิได้

(๔) เมื่อเพื่อนมีกิจ อ้างแต่เหตุขัดข้อง

๓) **คนหัวประจบ** มีลักษณะ ๔

(๑) จะทำชั่วก็เอออ

(๒) จะทำดีก็เอออ

*C. **Enthalten von den sechs*** **apāyamukha** (Wege in den Abgrund, zum Ruin von Besitz und Leben), das heißt:

1. Nicht von Drogen- und Alkoholkonsum abhängig sein.
2. Sich nicht herumtreiben ungeachtet der Tages- und Nachtzeit.
3. Nicht nur auf Vergnügen und Unterhaltung aus sein.
4. Sich nicht dem Glücksspiel hingeben.
5. Sich nicht mit falschen Freunden abgeben.
6. Nicht in Faulheit versumpfen.

REGEL ZWEI: Lebensressourcen auf zwei Gebieten gestalten

A. Richtigen Umgang wählen – mit Menschen verkehren, die das Leben in eine gedeihliche und konstruktive Richtung führen, indem man falsche Freunde meidet und echte Freunde sucht, das heißt:

1. Die vier Arten falscher Freunde oder **Feinde in Freundesgestalt durchschauen** (*mittapaṭirūpaka*) –

1) Der Fledderer, der Freundesgut verschleppt, hat vier Merkmale:

(1) Er denkt ausschließlich an Zugewinn.

(2) Er ist nur wenig einsatzbereit, erwartet, viel zu bekommen.

(3) Nur in Gefahr erfüllt er Freundschaftspflichten.

(4) Er verkehrt mit dem Freund nur mit Eigennutz im Blick.

2) Der Schwätzer, der nur gut im Reden ist, hat vier Merkmale:

(1) Er kann sich gut über Dinge ausbreiten, die nicht mehr sind.

(2) Er kann sich gut über Dinge ausbreiten, die noch nicht sind.

(3) Er hilft mit Dingen, die nutzlos sind.

(4) Wenn der Freund Hilfe braucht, hat er Ausflüchte bereit.

3) Der Schmeichler hat vier Merkmale:

(1) Hat der Freund Schlechtes vor, stimmt er zu.

(2) Hat der Freund Gutes vor, stimmt er zu.

(๓) ต่อหน้าสรรเสริญ

(๔) ลับหลังนินทา

๔) **คนชวนฉิบหาย** มีลักษณะ ๔

(๑) คอยเป็นเพื่อนดื่มน้ำเมา

(๒) คอยเป็นเพื่อนเที่ยวกลางคืน

(๓) คอยเป็นเพื่อนเที่ยวดูการเล่น

(๔) คอยเป็นเพื่อนไปเล่นการพนัน

๒. **รู้ถึงมิตรแท้** *หรือ* **มิตรด้วยใจจริง** (สุหทมิตร) ๔ ประเภท

๑) **มิตรอุปการะ** มีลักษณะ ๔

(๑) เพื่อนประมาท ช่วยรักษาเพื่อน

(๒) เพื่อนประมาท ช่วยรักษาทรัพย์สินของเพื่อน

(๓) เมื่อมีภัย เป็นที่พึ่งพำนักได้

(๔) มีกิจจำเป็น ช่วยออกทรัพย์ให้เกินกว่าที่ออกปาก

๒) **มิตรร่วมสุขร่วมทุกข์** มีลักษณะ ๔

(๑) บอกความลับแก่เพื่อน

(๒) รักษาความลับของเพื่อน

(๓) มีภัยอันตราย ไม่ละทิ้ง

(๔) แม้ชีวิตก็สละให้ได้

๓) **มิตรแนะนำประโยชน์** มีลักษณะ ๔

(๑) จะทำชั่วเสียหาย คอยห้ามปรามไว้

(๒) แนะนำสนับสนุนให้ตั้งอยู่ในความดี

(๓) ให้ได้ฟังได้รู้สิ่งที่ไม่เคยได้รู้ได้ฟัง

(๔) บอกทางสุขทางสวรรค์ให้

๔) **มิตรมีใจรัก** มีลักษณะ ๔

(๑) เพื่อนมีทุกข์ พลอยไม่สบายใจ (ทุกข์ ทุกข์ด้วย)

(3) Von Angesicht zu Angesicht lobt er ihn.

(4) Hinter seinem Rücken lästert er über ihn.

4) Der Verführer zum Untergang hat vier Merkmale:

(1) Er ist ein Trinkkumpan.

(2) Er ist ein Kumpan im Nachtleben.

(3) Er ist ein Kumpan beim Besuch von Vergnügungsshows.

(4) Er ist ein Kumpan beim Glücksspiel.

2. **Die vier Arten echter Freunde** oder **Freunde mit aufrichtigem Herzen erkennen** (*suhadamitta*)

1) Der Helfer hat vier Merkmale:

(1) Ist der Freund nachlässig, kümmert er sich um ihn.

(2) Ist der Freund nachlässig, bewahrt er seinen Besitz.

(3) Ist der Freund bedroht, kann er ihm Zuflucht und Asyl sein.

(4) Hat der Freund Bedarf, stellt er mehr bereit als erbeten.

2) Der Freund in Freud und Leid hat vier Merkmale:

(1) Er teilt dem Freund Vertrauliches mit.

(2) Er behält Vertrauliches des Freundes für sich.

(3) Bei Gefahr lässt er den Freund nicht im Stich.

(4) Er ist sogar bereit, sein Leben für ihn zu geben.

3) Der gute Ratgeber hat vier Merkmale:

(1) Er hält den Freund davon ab, üble Taten zu begehen.

(2) Er fördert und festigt den Freund im Guten.

(3) Er lehrt den Freund Dinge, die dieser noch nicht kennt.

(4) Er erläutert dem Freund den Weg zum Wohl, zur Himmelswelt.

4) Der liebevolle Freund hat vier Merkmale:

(1) Erfährt der Freund Leid, nimmt er Anteil (Mitleid).

(๒) เพื่อนมีสุข พลอยแช่มชื่นยินดี (สุข สุขด้วย)
(๓) เขาติเตียนเพื่อน ช่วยยับยั้งแก้ให้
(๔) เขาสรรเสริญเพื่อน ช่วยพูดเสริมสนับสนุน

ข. จัดสรรทรัพย์ที่หามาได้ ด้วยสัมมาชีพ ดังนี้
ขั้นที่ ๑ ขยันหมั่นทำงานเก็บออมทรัพย์ ดังผึ้งเก็บรวมน้ำหวานและเกสร
ขั้นที่ ๒ เมื่อทรัพย์เก็บก่อขึ้นดังจอมปลวก พึงวางแผนใช้จ่าย คือ
- ๑ ส่วน เลี้ยงตัว เลี้ยงครอบครัว ดูแลคนเกี่ยวข้อง และทำความดี
- ๒ ส่วน ใช้ทำหน้าที่การงานประกอบกิจการอาชีพ
- ๑ ส่วน เก็บไว้เป็นหลักประกันชีวิตและกิจการคราวจำเป็น

กฎ ๓: รักษาความสัมพันธ์ ๖ ทิศ
ก. ทำทุกทิศให้เกษมสันต์ ปฏิบัติหน้าที่ต่อบุคคลที่สัมพันธ์กับตนให้ถูกต้องตามฐานะทั้ง ๖ คือ
ทิศที่ ๑ ในฐานะที่เป็นบุตรธิดา พึงเคารพ***บิดามารดา*** ผู้เปรียบเสมือนทิศเบื้องหน้า ดังนี้
๑. ท่านเลี้ยงเรามาแล้ว เลี้ยงท่านตอบ
๒. ช่วยทำกิจธุระการงานของท่าน
๓. ดำรงวงศ์สกุล
๔. ประพฤติตนให้เหมาะสมกับความเป็นทายาท
๕. เมื่อท่านล่วงลับไปแล้ว ทำบุญอุทิศให้ท่าน

(2) Erfährt der Freund Glück, freut er sich darüber (Mitfreude).

(3) Tadelt jemand den Freund, verteidigt er ihn.

(4) Lobt jemand den Freund, stimmt er zu.

B. Angemessener Umgang mit Besitz durch richtige Lebensweise, d.h.:

Erster Schritt – Fleiß bei der Arbeit und dem Lebenserwerb, wie eine Biene, die Honig und Pollen sammelt.

Zweiter Schritt – Planvoller Einsatz der Mittel, die angesammelt wurden, wie in einem Ameisenhaufen, und zwar:

1 Teil dient dem eigenen Lebensunterhalt, der Ernährung der Familie, der Betreuung von Nahestehenden und guten Werken

2 Teile werden in die berufliche Tätigkeit und den Lebenserwerb investiert

1 Teil wird aufgespart als Altersversorgung und für Notfälle.

REGEL DREI: Gute Beziehung zu den sechs Richtungen wahren

A. Für alle Richtungen Geborgenheit und Frieden gewährleisten – Pflichten gegenüber Menschen, mit denen wir in enger Beziehung stehen, auf korrekte Weise erfüllen, gemäß den folgenden sechs Arten gesellschaftlichen Standes:

Erste Richtung: Als Sohn oder Tochter sollten wir die ***Eltern*** ehren, die mit der Richtung „nach vorn“ (Osten) verglichen werden, und zwar so:

1. Sie haben uns aufgezogen, wir kümmern uns um sie im Gegenzug.
2. Wir helfen ihnen bei ihren Pflichten, Aufgaben und Arbeiten.
3. Wir setzen die Familientradition fort.
4. Wir verhalten uns auf angemessene Weise als ihre Erben.
5. Nach ihrem Tod, widmen wir ihnen unsere verdienstvollen Handlungen.

บิดามารดาอนุเคราะห์***บุตร*** ตามหลักปฏิบัติดังนี้

๑. ห้ามปรามป้องกันจากความชั่ว

๒. ดูแลฝึกอบรมให้ตั้งอยู่ในความดี

๓. ให้ศึกษาศิลปวิทยา

๔. เป็นธุระเมื่อถึงคราวจะมีคู่ครองที่สมควร

๕. มอบทรัพย์สมบัติให้เมื่อถึงโอกาส

ทิศที่ ๒ ในฐานะที่เป็นศิษย์ พึงแสดงความเคารพนับถือ***ครูอาจารย์*** ผู้เปรียบเสมือนทิศเบื้องขวา ดังนี้

๑. ลุกต้อนรับ แสดงความเคารพ

๒. เข้าไปหา เพื่อบำรุง รับใช้ ปรึกษา ซักถาม รับคำแนะนำ เป็นต้น

๓. ฟังด้วยดี ฟังเป็น รู้จักฟังให้เกิดปัญญา

๔. ปรนนิบัติ ช่วยบริการ

๕. เรียนศิลปวิทยาโดยเคารพ เอาจริงเอาจังถือเป็นกิจสำคัญ

อาจารย์อนุเคราะห์***ศิษย์*** ตามหลักปฏิบัติดังนี้

๑. แนะนำฝึกอบรมให้เป็นคนดี

๒. สอนให้เข้าใจแจ่มแจ้ง

๓. สอนศิลปวิทยาให้สิ้นเชิง

๔. ส่งเสริมยกย่องความดีงามความสามารถให้ปรากฏ

๕. สร้างเครื่องคุ้มภัยในสารทิศ คือ สอนฝึกศิษย์ให้ชำชาเลี้ยงชีพได้จริง และรู้จักดำรงตนด้วยดี ที่จะเป็นประกันให้ดำเนินชีวิตดีงามโดยสวัสดี มีความสุขความเจริญ

ทิศที่ ๓ ในฐานะที่เป็นสามี พึงให้เกียรติบำรุง***ภรรยา*** ผู้เปรียบเสมือนทิศเบื้องหลัง ดังนี้

๑. ยกย่องให้เกียรติสมฐานะที่เป็นภรรยา

๒. ไม่ดูหมิ่น

Eltern fördern ihre ***Kinder*** nach folgenden Prinzipien:

1. Sie warnen und schützen sie vor Übel.
2. Sie schulen und festigen sie im Guten.
3. Sie sorgen für Bildung und Wissen.
4. Wenn es soweit ist, kümmern sie sich um passende Partner.
5. Zur richtigen Zeit übergeben sie ihren Besitz als Erbschaft.

Zweite Richtung: Als Schüler sollten wir unsere ***Lehrer*** ehren und respektieren, die mit der Richtung „nach rechts" (Süden) verglichen werden, und zwar so:

1. Beim Empfang stehen wir für sie auf, erweisen Respekt.
2. Wir besuchen sie, um sie zu ernähren, ihnen aufzuwarten, sie zu konsultieren, zu befragen, Rat zu erhalten und so weiter.
3. Wir hören ihnen gut und aufmerksam zu, auf eine Weise, die Weisheit hervorbringt.
4. Wir kümmern uns um die Lehrer, helfen, sind zu Diensten.
5. Wir lernen respektvoll, setzen uns beim Lernen voll ein und betrachten es als wichtige Aufgabe.

Lehrer fördern ihre ***Schüler*** nach folgenden Prinzipien:

1. Sie geben Anleitung, schulen sie darin, gute Menschen zu sein.
2. Sie vermitteln klares Verständnis.
3. Sie bringen Bildung und Wissen zum Abschluss.
4. Sie fördern gute, achtbare Qualitäten, vermitteln Fähigkeiten.
5. Sie geben Schutz vor Gefahr rundum: sie lehren und schulen ihre Schüler darin, ihr Leben aufrichtig zu führen, sich auf gute Art zu erhalten, als Lebensversicherung für Glück und Gedeihen.

Dritte Richtung: Als Ehemann sollte man seine ***Ehefrau*** achten und unterstützen, die mit der Richtung „nach hinten" (Westen) verglichen wird, und zwar so:

1. Er erweist ihr die Achtung, die ihr als Ehefrau zusteht.
2. Er blickt nicht auf sie herab.

๓. ไม่นอกใจ

๔. มอบความเป็นใหญ่ในงานบ้าน

๕. หาเครื่องแต่งตัวมาให้เป็นของขวัญตามโอกาส

ภรรยาอนุเคราะห์***สามี*** ตามหลักปฏิบัติดังนี้

๑. จัดงานบ้านให้เรียบร้อย

๒. สงเคราะห์ญาติมิตรทั้งสองฝ่ายด้วยดี

๓. ไม่นอกใจ

๔. รักษาทรัพย์สมบัติที่หามาได้

๕. ขยัน ช่างจัดช่างทำ เอางานทุกอย่าง

ทิศที่ ๔ ในฐานะที่เป็นมิตรสหาย พึงปฏิบัติต่อ***มิตรสหาย*** ผู้เปรียบเสมือนทิศเบื้องซ้าย ดังนี้

๑. เผื่อแผ่แบ่งปัน

๒. พูดจามีน้ำใจ

๓. ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน

๔. มีตนเสมอ ร่วมสุขร่วมทุกข์ด้วย

๕. ซื่อสัตย์จริงใจ

มิตรสหายอนุเคราะห์ตอบ ตามหลักปฏิบัติดังนี้

๑. เมื่อเพื่อนประมาท ช่วยรักษาป้องกัน

๒. เมื่อเพื่อนประมาท ช่วยรักษาทรัพย์สมบัติของเพื่อน

๓. ในคราวมีภัย เป็นที่พึ่งได้

๔. ไม่ละทิ้งในยามทุกข์ยาก

๕. นับถือตลอดถึงวงศ์ญาติของมิตร

ทิศที่ ๕ ในฐานะที่เป็นนายจ้าง พึงบำรุง***คนรับใช้*** และ***คนงาน*** ผู้เปรียบเสมือนทิศเบื้องล่าง ดังนี้

๑. จัดงานให้ทำตามความเหมาะสมกับกำลัง เพศ วัย ความสามารถ

3. Er geht nicht fremd.
4. Er überträgt ihr den Haushaltsvorstand.
5. Er besorgt ihr gelegentlich Schmuck und Kleider als Geschenk.

Die Ehefrau fördert ihren ***Ehemann*** nach folgenden Prinzipien:

1. Sie organisiert und erledigt die Hausarbeit ordentlich.
2. Sie unterstützt Verwandte und Freunde auf beiden Seiten gut.
3. Sie geht nicht fremd.
4. Sie bewahrt alles Hab und Gut, das erworben wurde.
5. Sie ist fleißig, geschickt in Organisation und Ausführung, nimmt sich jeder Arbeit an.

Vierte Richtung: Als Freund sollte man sich seinen ***Freunden*** gegenüber, die mit der Richtung „nach links" (Norden) verglichen werden, so verhalten:

1. Man teilt mit ihnen.
2. Man spricht auf erbauliche Weise mit ihnen.
3. Man hilft ihnen und fördert sie.
4. Man geht mit ihnen durch Glück und Leid gleichermaßen.
5. Man ist ehrlich und aufrichtig.

Freunde fördern einen im Gegenzug nach folgenden Prinzipien:

1. Ist der Freund nachlässig, kümmern sie sich und schützen ihn.
2. Ist der Freund nachlässig, bewahren sie seinen Besitz.
3. Ist der Freund bedroht, können sie ihm Zuflucht sein.
4. Sie lassen ihn in Leid und Schwierigkeiten nicht im Stich.
5. Sie respektieren die Familie und Angehörigen ihres Freundes.

Fünfte Richtung: Als Arbeitgeber sollte man seine ***Diener*** und ***Angestellten***, die mit der Richtung „nach unten" (Nadir) verglichen werden, so fördern:

1. Man teilt ihnen Arbeit zu, die ihren Kräften, Geschlecht, Alter und Fähigkeiten entspricht.

๒. ให้ค่าจ้างรางวัลสมควรแก่งานและความเป็นอยู่
๓. จัดสวัสดิการดี มีช่วยรักษาพยาบาลในยามเจ็บไข้ เป็นต้น
๔. มีอะไรได้พิเศษมา ก็แบ่งปันให้
๕. ให้มีวันหยุด และพักผ่อนหย่อนใจ ตามโอกาสอันควร

คนรับใช้และ***คนงาน*** แสดงน้ำใจต่อนายงาน ดังนี้

๑. เริ่มทำงานก่อน
๒. เลิกงานทีหลัง
๓. เอาแต่ของที่นายให้
๔. ทำการงานให้เรียบร้อยและดียิ่งขึ้น
๕. นำความดีของนายงานและกิจการไปเผยแพร่

ทิศที่ ๖ ในฐานะที่เป็นพุทธศาสนิกชน พึงแสดงความเคารพนับถือต่อ ***พระสงฆ์*** ผู้เปรียบเสมือนทิศเบื้องบน ดังนี้

๑. จะทำสิ่งใด ก็ทำด้วยเมตตา
๒. จะพูดสิ่งใด ก็พูดด้วยเมตตา
๓. จะคิดสิ่งใด ก็คิดด้วยเมตตา
๔. ต้อนรับด้วยความเต็มใจ
๕. อุปถัมภ์ด้วยปัจจัย ๔

พระสงฆ์อนุเคราะห์***ฤหัสถ์*** ตามหลักปฏิบัติดังนี้

๑. ห้ามปรามสอนให้เว้นจากความชั่ว
๒. แนะนำสั่งสอนให้ตั้งอยู่ในความดี
๓. อนุเคราะห์ด้วยความปรารถนาดี
๔. ให้ได้ฟังได้รู้สิ่งที่ยังไม่เคยรู้ไม่เคยฟัง
๕. ชี้แจงอธิบายทำสิ่งที่เคยฟังแล้วให้เข้าใจแจ่มแจ้ง
๖. บอกทางสวรรค์ สอนวิธีดำเนินชีวิตให้มีความสุขความเจริญ

2. Man gibt ihnen ein Gehalt, das für ihre Arbeit und für ihr Dasein angemessen ist.
3. Man arrangiert gute Fürsorge, z.B. medizinische Versorgung.
4. Man teilt mit ihnen besonderen Zugewinn.
5. Man gibt ihnen angemessenen Urlaub und Ruhepausen.

Ein Diener oder Angestellter unterstützt seinen ***Arbeitgeber*** so:

1. Er fängt vor ihm mit der Arbeit an.
2. Er hört nach ihm mit der Arbeit auf.
3. Er nimmt nur, was ihm der Arbeitgeber gibt.
4. Er macht seine Arbeit ordentlich und trachtet nach Verbesserung.
5. Er verbreitet Gutes über seinen Arbeitgeber und die Arbeit.

Sechste Richtung: Als Buddhist sollte man ***Mönche*** ehren und respektieren, die mit der Richtung „nach oben" (Zenith) verglichen werden, und zwar so:

1. Man handelt ihnen gegenüber mit Wohlmeinen (*mettā*).
2. Man spricht zu ihnen mit Wohlmeinen.
3. Man denkt über sie mit Wohlmeinen.
4. Man empfängt sie mit ganzem Herzen.
5. Man unterstützt sie mit den vier Requisiten.

Die Mönche fördern die ***Laien*** nach folgenden Prinzipien:

1. Sie halten sie davon ab, Übles zu tun.
2. Sie leiten und lehren sie, sich im Guten zu verankern.
3. Sie unterstützen sie mit guten Wünschen.
4. Sie machen sie mit Dingen bekannt, die sie noch nicht kennen.
5. Sie erläutern und erklären ihnen Dinge, die sie bereits kennen.
6. Sie weisen den Weg zur Himmelswelt, lehren Methoden, wie man ein Leben in Richtung Glück und Wohlstand führt.

ข. เกื้อกูลกันประสานสังคม ช่วยเหลือเกื้อกูลกันร่วมสร้างสรรค์สังคมให้สงบสุขมั่นคงสามัคคีมีเอกภาพ ด้วย**สังคหวัตถุ ๔** คือ

๑. *ทาน* เผื่อแผ่แบ่งปัน (ช่วยด้วยเงินด้วยของ)

๒. *ปิยวาจา* พูดอย่างรักกัน (ช่วยด้วยถ้อยคำ)

๓. *อัตถจริยา* ทำประโยชน์แก่เขา (ช่วยด้วยกำลังแรงงาน)

๔. *สมานัตตตา* เอาตัวเข้าสมาน (ช่วยด้วยร่วมสร้างสรรค์และแก้ปัญหาเสมอกันโดยธรรม และร่วมสุขร่วมทุกข์กัน)

B. Gegenseitige Hilfe für Zusammenhalt in der Gesellschaft – gegenseitige Hilfe und Unterstützung als Beitrag zu Frieden, Stabilität und Eintracht nach den vier Prinzipien der Integration (*saṅgahavatthu*):

1. *Dāna*: Teilen (Hilfe durch Geld und materielle Dinge)
2. *Piyavācā*: liebenswürdige Rede (Hilfe durch Worte)
3. *Atthacariyā*: anderen von Nutzen sein (Hilfe durch Arbeitskraft)
4. *Samānattatā*: sich selbst unparteiisch einbringen (Hilfe durch konstruktive Mitarbeit und unparteiisches Lösen von Problemen auf der Grundlage des Dhamma, sowie Miteinander in Glück und Leid)

หมวดสอง

นำชีวิตให้ถึงจุดหมาย

ก. จุดหมาย ๓ ขั้น ดำเนินชีวิตให้บรรลุจุดหมาย (อัตถะ) ๓ ขั้น คือ

ขั้นที่ ๑ *ทิฏฐธัมมิกัตถะ* **จุดหมายขั้นตาเห็น** หรือ **ประโยชน์ปัจจุบัน**

ก) *มีสุขภาพดี* ร่างกายแข็งแรง ไร้โรค อายุยืน

ข) *มีเงินมีงาน* มีอาชีพสุจริต พึ่งตนเองได้ทางเศรษฐกิจ

ค) *มีสถานภาพดี* เป็นที่ยอมรับนับถือในสังคม

ง) *มีครอบครัวผาสุก* ทำวงศ์ตระกูลให้เป็นที่นับถือ

ทั้ง ๔ นี้ พึงให้เกิดมีโดยธรรม และใช้ให้เป็นประโยชน์ ทั้งแก่ตนและผู้อื่น

ขั้นที่ ๒ *สัมปรายิกัตถะ* **จุดหมายขั้นเลยตาเห็น** หรือ **ประโยชน์เบื้องหน้า**

ก) มีความอบอุ่นชาบซึ้งสุขใจ ไม่อ้างว้างเลื่อนลอย มีหลักยึดเหนี่ยวใจให้เข้มแข็ง ด้วย*ศรัทธา*

ข) มีความภูมิใจ ในชีวิตสะอาด ที่ได้ประพฤติแต่การอันดีงาม ด้วย*ความสุจริต*

ค) มีความอิ่มใจ ในชีวิตมีคุณค่า ที่ได้ทำประโยชน์ตลอดมา ด้วย*น้ำใจเสียสละ*

ง) มีความแกล้วกล้ามั่นใจ ที่จะแก้ไขปัญหา นำชีวิตและภารกิจไปได้ ด้วย*ปัญญา*

จ) มีความโล่งจิตมั่นใจ มีทุนประกันภพใหม่ ด้วยได้ทำไว้แต่*กรรมที่ดี*

Abschnitt Zwei
Die Lebensziele erreichen

A. Drei Stufen von Zielen. Man sollte sein Leben so führen, dass die Ziele (*attha*) auf drei Stufen erreicht werden, und zwar

Erste Stufe: *diṭṭhadhammikattha* – **Ziele, die vor Augen liegen** oder **gegenwärtiger Nutzen**:

A) Gute Gesundheit, körperliche Fitness, Freisein von Krankheit, langes Leben.

B) Arbeit und Einkommen, ehrlicher Lebenserwerb, wirtschaftliche Unabhängigkeit.

C) Gute Lebensumstände; in der Gesellschaft akzeptiert und respektiert werden.

D) Eine glückliche Familie; dafür sorgen, dass die Familie Respekt verdient.

Alle vier Ziele sollten auf rechtschaffene Weise zustande kommen und zum eigenen Nutzen wie auch zum Nutzen anderer eingesetzt werden.

Zweite Stufe: *samparāyikattha* – **Ziele, die über das vor Augen liegende hinausgehen**, oder **künftiger Nutzen**:

A) Innere Wärme, Innigkeit, Wohl; keine Einsamkeit oder Entwurzelung; ein Ideal als Halt, für Festigkeit durch *Vertrauen*.

B) Selbstwertgefühl durch ein sauberes Leben, weil man nur fruchtbar und achtbar handelt aufgrund von *gutem Charakter*.

C) Zufriedenheit mit einem Leben, das einen Wert hat; dass man stets von Nutzen war durch die helfende Qualität des *Loslassens*.

D) Mut und Zuversicht, die Probleme lösen kann, die das Leben und seine Aufgaben bewältigt mit *Weisheit*.

E) Selbstsicherheit und Zuversicht in Bezug auf das Startkapital und die Absicherung für das nächste Leben aufgrund *guter Taten*.

ขั้นที่ ๓ *ปรมัตถะ* **จุดหมายสูงสุด** หรือ **ประโยชน์อย่างยิ่ง**

ก) ถึงถูกโลกธรรมกระทบ ถึงจะพบความผันผวนปรวนแปร ก็ไม่หวั่นไหว มีใจเกษมศานต์มั่นคง

ข) ไม่ถูกความยึดติดถือมั่นบีบคั้นจิต ให้ผิดหวังโศกเศร้า มีจิตโล่งโปร่งเบาเป็นอิสระ

ค) สดชื่น เบิกบานใจ ไม่ขุ่นมัวเศร้าหมอง ผ่องใส ไร้ทุกข์ มีความสุขที่แท้

ง) รู้เท่าทันและทำการตรงตามเหตุปัจจัย ชีวิตหมดจดสดใส เป็นอยู่ด้วยปัญญา

ถ้าบรรลุจุดหมายชีวิตถึงขั้นที่ ๒ ขึ้นไป เรียกว่าเป็น ***"บัณฑิต"***

ข. จุดหมาย ๓ ด้าน จุดหมาย ๓ ขั้นนี้ พึงปฏิบัติให้สำเร็จครบ ๓ ด้าน คือ

ด้านที่ ๑ *อัตตัตถะ* **จุดหมายเพื่อตน** หรือ **ประโยชน์ตน** คือ ประโยชน์ ๓ ขั้นข้างต้น ซึ่งพึงทำให้เกิดขึ้นแก่ตนเอง หรือพัฒนาชีวิตของตนขึ้นไปให้ได้ให้ถึง

ด้านที่ ๒ *ปรัตถะ* **จุดหมายเพื่อผู้อื่น** หรือ **ประโยชน์ผู้อื่น** คือ ประโยชน์ ๓ ขั้นข้างต้น ซึ่งพึงช่วยเหลือผู้อื่นให้ได้ให้ถึงด้วยการชักนำสนับสนุนให้เขาพัฒนาชีวิตของตนขึ้นไปตามลำดับ

ด้านที่ ๓ *อุภยัตถะ* **จุดหมายร่วมกัน** หรือ **ประโยชน์ทั้งสองฝ่าย** คือ ประโยชน์สุขและความดีงามร่วมกันของชุมชนหรือสังคม รวมทั้งสภาพแวดล้อมและปัจจัยต่างๆ ซึ่งพึงช่วยกันสร้างสรรค์บำรุงรักษา เพื่อเกื้อหนุนให้ทั้งตนและผู้อื่นก้าวไปสู่จุดหมาย ๓ ขั้นข้างต้น

Dritte Stufe: *paramattha* – **die höchsten Ziele** oder **der größte Nutzen**:

A) Selbst wenn Weltlichkeiten berühren, wenn man auf Wehe und Wechsel trifft, gerät man nicht ins Schwanken und hat ein festes, sicheres Herz.

B) Man unterliegt nicht dem Anklammern, kein Anhaften beengt den Geist mit Enttäuschung und Kummer; man hat einen klaren, unbeschwerten, geschmeidigen Geist, der unabhängig ist.

C) Ein frisches, inspiriertes Herz, nicht dumpf oder niedergeschlagen, klar und strahlend, frei von Leid, das echtes Wohl in sich trägt.

D) Wahrheitsgemäß wissen und wandeln, dem Gesetz von Ursache und Wirkung entsprechend; ein klares, helles Leben, ermöglicht durch Weisheit.

Wer Lebensziele von der zweiten Stufe aufwärts erreicht, den nennt man einen „Weisen" (*paṇḍita*).

B. Drei Anwendungsgebiete der Ziele. Die Ziele der genannten Stufen sollten auf drei Anwendungsgebieten erreicht werden:

Erstes Gebiet: *Attattha* – **Ziele für einen selbst** oder **eigener Nutzen**; die oben erklärten drei Stufen des Nutzens sollten für einen selbst hervorgebracht werden, bzw. das eigene Leben sollte so entwickelt werden, dass sie erreicht werden können.

Zweites Gebiet: *Parattha* – **Ziele für andere** oder **Nutzen anderer**; die oben erklärten drei Stufen des Nutzens sollten dazu beitragen, dass andere sie erreichen können, indem sie dazu bewegt und darin bestärkt werden, ihr Leben stufenweise nach oben zu entwickeln.

Drittes Gebiet: *Ubhayattha* – **gemeinsame Ziele** oder **beiderseitiger Nutzen**; den vereinten Nutzen von Wohlergehen und Tugend in der Gemeinschaft oder Gesellschaft, zusammen mit Umweltbedingungen und anderen Faktoren, sollte man gemeinsam entfalten, erhalten und bewahren, als Stütze für einen selbst und andere auf dem Weg in Richtung der Ziele auf den oben erklärten drei Stufen.

ชาวพุทธชั้นนำ

ชาวพุทธที่เรียกว่า อุบาสก และอุบาสิกา นับว่าเป็นชาวพุทธชั้นนำ จะต้องมีความเข้มแข็งที่จะตั้งมั่นอยู่ในหลักให้เป็นตัวอย่างแก่ชาวพุทธทั่วไป นอกจากรักษา**วินัยชาวพุทธ**แล้ว ต้องมี**อุบาสกธรรม** ๕ ดังนี้

๑. **มีศรัทธา** เชื่อประกอบด้วยปัญญา ไม่งมงาย มั่นในพระรัตนตรัย ไม่หวั่นไหว ไม่แกว่งไกว ถือธรรมเป็นใหญ่และสูงสุด

๒. **มีศีล** นอกจากตั้งอยู่ในศีล ๕ และสัมมาชีพแล้ว ควรถือศีลอุโบสถตามกาล เพื่อพัฒนาตนให้ชีวิตและความสุขพึ่งพาวัตถุน้อยลง ลดการเบียดเบียน และเกื้อกูลแก่ผู้อื่นได้มากขึ้น

๓. **ไม่ถือมงคลตื่นข่าว เชื่อกรรม** มุ่งหวังผลจากการกระทำด้วยเรี่ยวแรงความเพียรพยายามตามเหตุผล ไม่ตื่นข่าวเล่าลือโชคลางเรื่องขลังมงคล ไม่หวังผลจากการขออำนาจดลบันดาล

๔. **ไม่แสวงหาพาหิรทักขิไณย์** ไม่ไขว่คว้าเขตบุญขุนขลังผู้วิเศษศักดิ์สิทธิ์ นอกหลักพระพุทธศาสนา

๕. **ขวนขวายในการทะนุบำรุงพระพุทธศาสนา** ใส่ใจริเริ่มและสนับสนุนกิจกรรมการกุศล ตามหลักคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

หมายเหตุ

- คำว่า “ชาวพุทธ” คนไทยมักเข้าใจกันโดยทั่วไปว่าหมายถึงชาวพุทธที่เป็นคฤหัสถ์เท่านั้น ดังนั้น “วินัยชาวพุทธ” ในบริบทนี้จึงหมายถึงวินัยของคฤหัสถ์โดยเฉพาะ ซึ่งแตกต่างจากวินัยของพระภิกษุ
- วินัยของคฤหัสถ์ คือ คิหิวินัย ได้แก่พระพุทธโอวาทในสิงคาลกสูตรพระไตรปิฎก เล่ม ๑๑ *(ที. ปา.๑๑/๑๗๒–๒๐๖/๑๙๔–๒๐๗)*
- “อุบาสกธรรม ๕” มาในพระไตรปิฎก เล่ม ๒๒ *(องฺ ปญฺจก. ๒๒/๑๗๕/๒๓๐)*

Ein Buddhist von Führungsrang

Buddhisten, die man Upāsaka oder Upāsikā nennt [männliche und weibliche Laienanhänger], werden als Buddhisten von Führungsrang betrachtet. Sie müssen mit Zuverlässigkeit fest in den Grundpfeilern [der Lehre] verankert sein, um als Vorbild für die Buddhisten im Allgemeinen zu dienen. Sie müssen die **Disziplin eines Buddhisten** befolgen und darüber hinaus noch die folgenden fünf Eigenschaften eines Laienanhängers (*upāsakadhamma*) besitzen.

1. **Sie haben Vertrauen**. Ihr Glaube ist vereint mit Weisheit, nicht leichtgläubig, sondern fest und ohne Schwanken im dreifachen Juwel verankert. Ohne in Extreme zu verfallen, halten sie sich an Dhamma als das Höchste.

2. **Sie haben Ethik**. Außer den fünf Ethikregeln und richtiger Lebensweise halten sie gelegentlich die Uposatharegeln ein, um sich weiterzuentwickeln, damit ihr Leben und Glück immer weniger von materiellen Dingen abhängig wird. Somit können sie schädliche Auswirkungen reduzieren und andere immer mehr unterstützen und fördern.

3. **Sie halten nichts von Aberglauben und Sensationsnachrichten, sondern glauben an Kamma**. Sie erwarten Ergebnisse von ihrem Tun, ihren Bemühungen auf der Grundlage der Vernunft. Sie lassen sich von Gerüchten über Übersinnliches und Magie nicht faszinieren und erwarten nichts von Gebeten und Wundern.

4. **Sie suchen keine Gabenwürdigen unter den Außenstehenden**. Sie streben nicht nach Verdienstfeldern, Wundertätern, Heiligen mit übersinnlichen Kräften außerhalb der Buddhalehre.

5. **Sie bemühen sich, die Buddhalehre zu fördern**. Sie initiieren, setzen sich ein und unterstützen heilsame Aktivitäten auf der Grundlage der Lehre des vollkommen Erwachten.

Anmerkungen:

Die meisten Thais wenden das Wort „Buddhist“ (*chāo phut*) in der Regel nur auf Laien an. Daher bezieht sich das Wort „Disziplin eines Buddhisten“ in diesem Zusammenhang speziell auf die Disziplin der Hausleute, im Unterschied zur Disziplin der Mönche.

Die Disziplin für Hausleute oder *gihivinaya* stammt aus einer Belehrung des Buddha im Siṅgālaka Sutta *(D 31 <D.III.180-193>)*.

Die fünf *upāsakadhammā* stammen aus dem Caṇḍāla Sutta *(A 5.175 <A.III.206>)*.

ภาค ๒: ธรรมนูญชีวิต

หมวดนำ

คนกับความเป็นคน

๑. คนผู้เป็นสัตว์ประเสริฐ

(สมาชิกในสังกัดมนุษยชาติ)

มนุษย์เป็นสัตว์พิเศษ ซึ่งแตกต่างจากสัตว์ทั้งหลายอื่น สิ่งที่ทำให้มนุษย์เป็นสัตว์พิเศษ ได้แก่ *สิกขา* หรือการศึกษา คือการเรียนรู้ฝึกฝนพัฒนามนุษย์ที่ฝึก ศึกษา หรือพัฒนาแล้ว ชื่อว่าเป็น “สัตว์ประเสริฐ” เป็นผู้รู้จักดำเนินชีวิตที่ดีงามด้วยตนเอง และช่วยให้สังคมดำรงอยู่ในสันติสุขโดยสวัสดี

มนุษย์ที่จะชื่อว่าฝึก ศึกษา หรือพัฒนาตน โดยเฉพาะเด็กและเยาวชนผู้เป็นสมาชิกใหม่ของมนุษยชาติ พึงมีคุณสมบัติที่เป็นต้นทุน ๗ ประการ ที่เรียกว่า ***แสงเงินแสงทองของชีวิตที่ดีงาม*** หรือ ***รุ่งอรุณของการศึกษา*** ซึ่งเป็นหลักประกันของชีวิตที่จะพัฒนาสู่ความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ ผู้เป็นสัตว์ประเสริฐอย่างแท้จริง ดังนี้

๑. *กัลยาณมิตตตา* (มีกัลยาณมิตร) **แสวงแหล่งปัญญาและแบบอย่างที่ดี** คือ อยู่ร่วมหรือใกล้ชิดกัลยาณชน เริ่มต้นแต่มีพ่อแม่เป็นกัลยาณมิตรในครอบครัว รู้จักคบคน และเข้าร่วมสังคมกับกัลยาณชน ที่จะมีอิทธิพลชักนำและชักชวนกันให้เจริญงอกงามในการพัฒนาพฤติกรรม จิตใจ และปัญญา โดยเฉพาะให้เรียนรู้และพัฒนาการสื่อสารสัมพันธ์กับเพื่อนมนุษย์ด้วยเมตตา มีศรัทธาที่จะดำเนินตามแบบอย่างที่ดี และรู้จักใช้ปัจจัยภายนอก ทั้งที่เป็นบุคคล หนังสือ และเครื่องมือสื่อสารทั้งหลาย ให้เป็นประโยชน์ในการแสวงหาความรู้และความดีงาม เพื่อนำมาใช้ในการพัฒนาชีวิต แก้ปัญหา และทำการสร้างสรรค์

Teil Zwei
Eine Verfassung fürs Leben

Einleitender Abschnitt
Mensch und Menschsein

1. Der Mensch ist ein besonderes Wesen
(ein Mitglied der Menschheitsfamilie)

Der Mensch ist ein spezielles Wesen, das sich von allen Tieren unterscheidet. Was ihn auszeichnet, ist *sikkhā* oder Bildung, also Lernen, Übung, Weiterentwicklung. Ein Mensch, der sich geübt, gebildet oder weiterentwickelt hat, wird als „besonderes Wesen" bezeichnet. Er ist jemand, der für sich selbst weiß, wie man ein fruchtbares und achtbares Leben führt und zum Fortbestand der Gesellschaft in Frieden und Wohlstand beiträgt.

Damit man zu Recht von Übung, Bildung oder Weiterentwicklung sprechen kann, sollten die Menschen – und insbesondere Kinder und Jugendliche, die neuen Mitglieder der Menschheitsfamilie – sieben Qualitäten als Startkapital besitzen, die man als ***Glanz eines fruchtbaren und achtbaren Lebens*** bezeichnet oder als ***Morgenröte der Herzensbildung***. Es sind Prinzipien der Absicherung für ein Leben, das zu vollständigem Menschsein heranreift. Ein Mensch mit folgenden Qualitäten ist ein wahrhaft besonderes Wesen:

1. Kalyāṇamittatā (wirklich gute Freunde haben): **Nach Quellen der Weisheit und guten Vorbildern trachten**. Dazu müssen wir mit guten Menschen zusammen sein oder ihnen nahestehen, angefangen bei den Eltern als guten Freunden in der Familie. Wir wissen dann, mit wem wir uns abgeben sollen, und verkehren mit guten Menschen, die einander bestärken zum Gedeihen von gutem Verhalten, Herzensqualitäten und Weisheit, insbesondere für das Erlernen und Entwickeln mitmenschlichen Umgangs auf der Basis von Wohlmeinen. Wir brauchen Vertrauen, um guten Vorbildern zu folgen, um zu wissen, wie man äußere Ressourcen nutzt, seien es Personen, Bücher oder Kommunikationsmittel, zu Gunsten des Trachtens nach Wissen und Tugend, für die Entwicklung des eigenen Lebens, zur Problemlösung und für den Schaffensprozess.

๒. *สีลสัมปทา* (ทำศีลให้ถึงพร้อม) **มีวินัยเป็นฐานของการพัฒนาชีวิต** คือ รู้จักจัดระเบียบความเป็นอยู่กิจกรรมกิจการและสิ่งแวดล้อมให้เอื้อโอกาสแก่การพัฒนาชีวิต อย่างน้อยมีศีลขั้นพื้นฐาน คือมีพฤติกรรมที่ถูกต้องในความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางสังคม ด้วยการอยู่ร่วมกับเพื่อนมนุษย์อย่างเกื้อกูลไม่เบียดเบียนกัน และในความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางวัตถุ ด้วยการกินใช้ปัจจัย ๔ ตลอดจนอุปกรณ์เทคโนโลยีทั้งหลาย ในทางที่ส่งเสริมคุณภาพชีวิต เกื้อหนุนการศึกษา การสร้างสรรค์ และระบบดุลย-สัมพันธ์ของธรรมชาติ

๓. *ฉันทสัมปทา* (ทำฉันทะให้ถึงพร้อม) **มีจิตใจใฝ่รู้ใฝ่สร้างสรรค์** คือ เป็นผู้มีพลังแห่งความใฝ่รู้ ใฝ่ดี ใฝ่ทำ ใฝ่สร้างสรรค์ ใฝ่สัมฤทธิ์ ใฝ่ความเป็นเลิศ อยากช่วยทำทุกสิ่งทุกคนที่ตนประสบเกี่ยวข้องให้เข้าถึงภาวะที่ดีงาม ไม่หลงติดอยู่แค่คิดจะได้จะเอาและหาความสุขจากการเสพบริโภค ที่ทำให้จมอยู่ใต้วังวนแห่งความมัวเมาและการแย่งชิง แต่รู้จักใช้อินทรีย์ มีตาที่ดู หูที่ฟัง เป็นต้น ในการเรียนรู้ หาความสุขจากการศึกษา และมีความสุขจากการทำสิ่งดีงาม ด้วยการใช้สมองและมือในการสร้างสรรค์

๔. *อัตตสัมปทา* (ทำตนให้ถึงพร้อม) **มุ่งมั่นฝึกตนจนเต็มสุดภาวะที่ความเป็นคนจะให้ถึงได้** คือ ระลึกอยู่เสมอถึงความจริงแท้แห่งธรรมชาติของมนุษย์ผู้เป็นสัตว์ที่ฝึกได้ และต้องฝึก ซึ่งเมื่อฝึกแล้วจะประเสริฐเลิศสูงสุด แล้วตั้งใจฝึกตนจนมองเห็นความยากลำบากอุปสรรคและปัญหา เป็นดุจเวทีที่ทดสอบและพัฒนาสติปัญญาความสามารถ มีจิตสำนึกในการพัฒนาตนยิ่งขึ้นไป จนเต็มสุดแห่งศักยภาพ ด้วยการพัฒนาที่พร้อมทุกด้าน ทั้งพฤติกรรม จิตใจ และปัญญา

2. Sīlasampadā (Ethik vervollkommnen): **Selbstdisziplin als Grundlage der Lebensentwicklung besitzen**. Dazu müssen wir wissen, wie wir den Lebensplan, die Aufgaben, Arbeit und das Umfeld organisieren, damit sie Gelegenheit zur Weiterentwicklung bieten. Wir brauchen mindestens eine Ethik auf grundlegender Stufe, also ein Verhalten, das mit dem gesellschaftlichen Umfeld harmoniert, durch förderlichen Umgang mit den Mitmenschen, ohne gegenseitige Ausbeutung, und durch Umgang mit der materiellen Umwelt beim Gebrauch und Konsum der vier Güter des täglichen Bedarfs [Kleidung, Nahrung, Unterkunft, Medizin], einschließlich der Verwendung diverser technologischer Hilfsmittel, auf eine Weise, die Lebensqualität fördert, Bildung und Aufbau unterstützt und das natürliche Gleichgewicht erhält.

3. Chandasampadā (Absicht vervollkommnen): **Ein Herz haben, das an Wissen und Aufbau interessiert ist**. Dazu müssen wir starkes Interesse an Wissen haben, an Tugend, an Aktivität und Konstruktivität, an Gelingen und Qualität. Wir hegen dann den Wunsch, allen Dingen und Personen, mit denen wir zu tun haben, zum Guten zu verhelfen. Wir verlieren uns nicht im Nehmen und Habenwollen und suchen nicht das Glück im Konsumrausch, der einen im Strudel von Dumpfheit und Rücksichtslosigkeit versinken lässt, sondern wissen, wie man seine fünf Sinne zum Erwerb von Wissen einsetzt. Wir suchen das Glück in der Herzensbildung und beziehen es aus fruchtbaren und achtbaren Dingen, indem wir Hirn und Hand konstruktiv einsetzen.

4. Attasampadā (sich selbst vervollkommnen): **Sich der Übung zur vollen Verwirklichung des menschlichen Potenzials widmen**. Dazu müssen wir uns stets der echten und wahren menschlichen Natur bewusst sein, als Wesen, die sich üben können und müssen, die nach Abschluss der Übung höchste Qualitäten erlangen. Wir entschließen uns zur inneren Übung, Schwierigkeiten, Probleme und Hindernisse zu erkennen, sie als Arbeitsfeld zur Erprobung und Entwicklung von weiser Achtsamkeit und Können zu betrachten. Wir haben einen Geist, der sich zunehmend auf innere Entwicklung besinnt, bis zur Erfüllung des eigenen Potenzials durch Entfaltung, die jedem Gebiet gerecht wird, sowohl bei gutem Verhalten, als auch bei Herzensqualitäten und Weisheit.

๕. *ทิฏฐิสัมปทา* (ทำทิฏฐิให้ถึงพร้อม) **ถือหลักเหตุปัจจัยมองอะไรๆ ตามเหตุและผล** คือ ตั้งอยู่ในหลักความคิดความเชื่อถือที่ดีงามมีเหตุผล อย่างน้อยถือหลักเหตุปัจจัย ที่จะนำไปสู่การพิจารณาไตร่ตรองสืบสวนค้นคว้า เป็นทางเจริญปัญญา และเชื่อการกระทำว่าเป็นอำนาจใหญ่สุดที่บันดาล ชะตากรรม กับทั้งมีพฤติกรรมและจิตใจที่อยู่ในอำนาจเหตุผล แม้จะใฝ่ทำ ให้สำเร็จและดีงามสูงสุด ก็รู้เท่าทันความเป็นไปได้ภายในขอบเขตของเหตุ ปัจจัยที่มีและที่ทำ ถึงสำเร็จก็ไม่เหลิงลอย ถึงพลาดก็ไม่หงอยงง ดำรงจิต ผ่องใสเป็นอิสระได้ ไม่วู่วามโวยวายเอาแต่ใจตน ตลอดจนไม่ปล่อยตัวเลื่อน ไหลไปตามกระแสความตื่นข่าวและค่านิยม

๖. *อัปปมาทสัมปทา* (ทำความไม่ประมาทให้ถึงพร้อม) **ตั้งตนอยู่ในความไม่ประมาท** คือ มีจิตสำนึกในความไม่เที่ยง มองเห็นตระหนักถึง ความไม่คงที่ ไม่คงทน และไม่คงตัว ทั้งของชีวิตและสิ่งทั้งหลายรอบตัว ซึ่ง เปลี่ยนแปลงไปตามเหตุปัจจัยทั้งภายในและภายนอกตลอดเวลา ทำให้นิ่งนอน ใจอยู่ไม่ได้ และมองเห็นคุณค่าความสำคัญของกาลเวลา แล้วกระตือรือร้น ขวนขวายเร่งศึกษาและป้องกันแก้ไขเหตุปัจจัยของความเสื่อม และเสริมสร้าง เหตุปัจจัยของความเจริญงอกงาม โดยใช้เวลาทั้งคืนวันที่ผ่านไปให้เป็น ประโยชน์มากที่สุด

๗. *โยนิโสมนสิการสัมปทา* (ทำโยนิโสมนสิการให้ถึงพร้อม) **ฉลาดคิดแยบคายให้ได้ประโยชน์และความจริง** คือ รู้จักคิด รู้จักพิจารณา มองเป็น คิดเป็น เห็นสิ่งทั้งหลายตามที่มันเป็นไปในระบบความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัย โดยใช้ปัญญาพิจารณาสอบสวนสืบค้นวิเคราะห์วิจัย ไม่ว่าจะเพื่อให้เห็น ความจริง หรือเพื่อให้เห็นแง่ด้านที่จะใช้ให้เป็นประโยชน์ กับทั้งสามารถ แก้ไขปัญหาและจัดทำดำเนินการต่างๆ ให้สำเร็จได้ด้วยวิธีการแห่งปัญญา ที่จะทำให้พึ่งตนเองและเป็นที่พึ่งของคนอื่นได้

(ส.ม. ๑๙/๑๒๙–๑๓๖/๓๖–๓๗)

5. Diṭṭhisampadā (Sichtweise vervollkommnen): **Sich an das Prinzip der Bedingtheit halten, alles im Sinne von Ursache und Wirkung betrachten**. Dazu müssen wir uns in guten und vernünftigen Prinzipien des Denkens und der Ansicht verankern. Wir halten uns zumindest an das Prinzip der Bedingtheit, das zum Erwägen, Untersuchen, Nachdenken auf dem Weg der Weisheit führt. Wir sind davon überzeugt, dass in erster Linie unsere Handlungen unser Schicksal bestimmen und pflegen dementsprechend Verhaltensweisen und Herzensqualitäten, die von Vernunft regiert sind. Bei aller Entschlossenheit, höchste Verwirklichung und das höchste Gute zu erlangen, erkennen wir die Grenzen des Möglichen, nach den jeweiligen Bedingungen, die wir haben und schaffen. Bei Erfolg heben wir nicht ab. Bei Misslingen verzweifeln wir nicht. Wir behalten einen klaren, unbeeinträchtigten Geist und bedrängen nicht selbstsüchtig andere Menschen. Wir lassen uns sich nicht von öffentlicher Panikmache und der Mode unterworfenen Wertvorstellungen hinweg reißen.

6. Appamādasampadā (Umsicht vervollkommnen): **Sich in Umsicht verankern**. Dazu müssen wir uns auf Unbeständigkeit besinnen, Gewissheit haben über das Fehlen von Unverrückbarkeit, Haltbarkeit und Substanz im eigenen Leben und den Dingen ringsum, die sich ständig nach inneren und äußeren Bedingungen verändern. Wir erkennen dann, dass selbstgefälliges Ausruhen nicht sein darf, erkennen die Bedeutung und den Wert des Augenblicks. Wir bemühen uns um Herzensbildung und Schutz vor den Bedingungen des Verfalls und schaffen Bedingungen des Fortschritts und Gedeihens, indem wir jeden Moment, bei Tag und Nacht, zum größtmöglichen Wohl nutzen.

7. Yonisomanasikārasampadā (gründliches Erwägen vervollkommnen): **Kluges, weises Denken, um Nutzen und Wahrheit zu erlangen**. Dazu müssen wir wissen, wie man richtig denkt, kontempliert und betrachtet. Wir sehen dann die Dinge, wie sie wirklich sind, im Zusammenhang mit ihren Bedingungen, indem wir weise Kontemplation, Untersuchung und Analyse anwenden. Egal, ob es darum geht, die Wahrheit zu ergründen, oder um bestimmte Aspekte zu erkennen, die uns nützlich sein können, entweder bei der Problemlösung oder um diverse Aufgaben zu bewältigen – mit Methoden der Weisheit, mit denen wir selbstständig werden und anderen eine Zuflucht sein können, kann es gelingen.

(S 45.49-55 <S.V.29-31>)

๒. คนสมบูรณ์แบบ

(สมาชิกแบบอย่างของมนุษยชาติ)

คนสมบูรณ์แบบ หรือมนุษย์โดยสมบูรณ์ ซึ่งถือได้ว่าเป็นสมาชิกที่ดีมีคุณค่าอย่างแท้จริงของมนุษยชาติ ซึ่งเรียกได้ว่าเป็นคนเต็มคน ผู้สามารถนำหมู่ชนและสังคมไปสู่สันติสุขและความสวัสดี มีธรรมหรือคุณสมบัติ ๗ ประการ ดังต่อไปนี้

๑. *ธัมมัญญุตา* **รู้หลักและรู้จักเหตุ** คือรู้หลักการและกฎเกณฑ์ของสิ่งทั้งหลาย ที่ตนเข้าไปเกี่ยวข้องในการดำเนินชีวิต ในการปฏิบัติกิจหน้าที่และดำเนินกิจการต่างๆ รู้เข้าใจสิ่งที่ตนจะต้องประพฤติปฏิบัติตามเหตุผล เช่น รู้ว่า ตำแหน่ง ฐานะ อาชีพ การงานของตน มีหน้าที่และความรับผิดชอบอย่างไร มีอะไรเป็นหลักการ จะต้องทำอะไรอย่างไร จึงจะเป็นเหตุให้บรรลุถึงผลสำเร็จที่เป็นไปตามหน้าที่และความรับผิดชอบนั้นๆ ดังนี้เป็นต้น ตลอดจนชั้นสูงสุดคือรู้เท่าทันกฎธรรมดาหรือหลักความจริงของธรรมชาติ เพื่อปฏิบัติต่อโลกและชีวิตอย่างถูกต้อง มีจิตใจเป็นอิสระ ไม่ตกเป็นทาสของโลกและชีวิตนั้น

๒. *อัตถัญญุตา* **รู้ความมุ่งหมายและรู้จักผล** คือรู้ความหมาย และความมุ่งหมายของหลักการที่ตนปฏิบัติ เข้าใจวัตถุประสงค์ของกิจการที่ตนกระทำ รู้ว่าที่ตนทำอยู่อย่างนั้นๆ ดำเนินชีวิตอย่างนั้น เพื่อประสงค์ประโยชน์อะไร หรือควรจะได้บรรลุถึงผลอะไร ที่ให้มีหน้าที่ ตำแหน่ง ฐานะ การงานอย่างนั้นๆ เขากำหนดวางกันไว้เพื่อความมุ่งหมายอะไร กิจการที่ตนทำอยู่ขณะนี้ เมื่อทำไปแล้วจะบังเกิดผลอะไรบ้าง เป็นผลดีหรือผลเสียอย่างไร ดังนี้เป็นต้น ตลอดจนถึงขั้นสูงสุด คือ รู้ความหมายของคติธรรมดา และประโยชน์ที่เป็นจุดหมายแท้จริงของชีวิต

2. Ein vollständiger Mensch
(ein vorbildliches Mitglied der Menschheit)

Einen perfekten Menschen, ein vollständig menschliches Wesen, kann man als gutes und wirklich wertvolles Mitglied der Menschheit betrachten und als einen, der ganz und gar Mensch ist, bezeichnen. Er kann die Gemeinschaft oder Gesellschaft zu Frieden, Glück und Wohlstand führen. Er besitzt die folgenden sieben Tugenden oder Qualitäten:

1. *Dhammaññutā:* **Prinzipien kennen und um die Ursachen wissen**. Er kennt die Prinzipien und Gesetzmäßigkeiten aller Dinge, mit denen er in der Lebensführung zu tun hat, bei der Erfüllung der verschiedenen Pflichten und Aufgaben. Er versteht mit Vernunft, was er zu erledigen hat, z.B. weiß er, welche Pflichten und Verantwortlichkeiten mit seiner gesellschaftlichen Stellung und Lebensweise, seinem Status und Beruf verbunden sind, was zu tun ist und wie es zu tun ist, damit er diesen Pflichten und Verantwortlichkeiten erfolgreich nachkommen kann. Diese Qualität reicht bis zur höchsten Ebene, der wirklichkeitsgemäßen Erkenntnis der Daseinsgesetze oder Grundprinzipien der wahren Natur der Dinge, für richtigen Umgang mit der Welt und dem Leben, mit einem unabhängigen Herzen, das nicht von der Welt oder dem Leben versklavt wird.

2. *Atthaññutā:* **Sinn & Zweck kennen und um die Ergebnisse wissen**. Er kennt die Bedeutung und den Sinn der Prinzipien, nach denen er vorgeht. Er versteht den Zweck der Aufgaben, die er erledigt. Er weiß, wofür er auf solche Weise vorgeht und sein Leben auf solche Weise führt, bzw. zu welchem Ergebnis er gelangen will. Er bestimmt den Sinn und Zweck seiner Aufgaben, seiner gesellschaftlichen Stellung, seines Status und Beruf, welche Ergebnisse aus seiner gegenwärtigen Beschäftigung zu erwarten sind, ob sie profitabel oder mit Verlust behaftet sind. Diese Qualität reicht bis zur höchsten Ebene, der Erkenntnis der Bedeutung von Daseinsprinzipien und des Guten, das der wahre Sinn des Leben ist.

๓. *อัตตัญญุตา* **รู้ตน** คือ รู้ตามเป็นจริงว่า ตัวเรานั้น ว่าโดยฐานะ ภาวะ เพศ กำลัง ความรู้ ความถนัด ความสามารถ และคุณธรรม เป็นต้น บัดนี้เท่าไร อย่างไร แล้วประพฤติปฏิบัติให้เหมาะสม และทำการต่างๆ ให้สอดคล้องถูกจุด ที่จะสัมฤทธิ์ผล ตลอดจนแก้ไขปรับปรุงตนให้เจริญงอกงามถึงความสมบูรณ์ยิ่งขึ้นไป

๔. *มัตตัญญุตา* **รู้ประมาณ** คือ รู้จักพอดี เช่น รู้จักประมาณในการบริโภค ในการใช้จ่ายทรัพย์ รู้จักความพอเหมาะพอดี ในการพูด การปฏิบัติกิจและทำการต่างๆ ตลอดจนการพักผ่อนนอนหลับและการสนุกสนานรื่นเริงทั้งหลาย ทำการทุกอย่างด้วยความเข้าใจวัตถุประสงค์เพื่อผลดีแท้จริงที่พึงต้องการ โดยมิใช่เพียงเพื่อเห็นแก่ความพอใจ ชอบใจ หรือเอาแต่ใจของตน แต่ทำตามความพอดีแห่งเหตุปัจจัยหรือองค์ประกอบทั้งหลาย ที่จะลงตัวให้เกิดผลดีงามตามที่มองเห็นด้วยปัญญา

๕. *กาลัญญุตา* **รู้กาล** คือ รู้กาลเวลาอันเหมาะสม และระยะเวลาที่พึงใช้ในการประกอบกิจ ทำหน้าที่การงาน ปฏิบัติการต่างๆ และเกี่ยวข้องกับผู้อื่น เช่น รู้ว่า เวลาไหน ควรทำอะไร อย่างไร และทำให้ตรงเวลา ให้เป็นเวลา ให้ทันเวลา ให้พอเวลา ให้เหมาะเวลา ให้ถูกเวลา ตลอดจนรู้จักกะเวลา และวางแผนการใช้เวลาอย่างได้ผล

๖. *ปริสัญญุตา* **รู้ชุมชน** คือ รู้จักถิ่น รู้จักที่ชุมนุม และชุมชน รู้การอันควรประพฤติปฏิบัติในถิ่นที่ชุมนุม และต่อชุมชนนั้นว่า ชุมชนนี้เมื่อเข้าไปหา ควรต้องทำกิริยาอย่างนี้ ควรต้องพูดอย่างนี้ ชุมชนนี้มีระเบียบวินัยอย่างนี้ มีวัฒนธรรมประเพณีอย่างนี้ มีความต้องการอย่างนี้ ควรเกี่ยวข้อง ควรต้องสงเคราะห์ ควรรับใช้ ควรบำเพ็ญประโยชน์ให้อย่างนี้ๆ เป็นต้น

๗. *ปุคคลัญญุตา* **รู้บุคคล** คือ รู้จักและเข้าใจความแตกต่างแห่งบุคคลว่า โดยอัธยาศัย ความสามารถ และคุณธรรม เป็นต้น ใครๆ ยิ่งหรือหย่อนอย่างไร และรู้จักที่จะปฏิบัติต่อบุคคลอื่นๆ ด้วยดีว่า ควรจะคบหรือไม่ ได้คติอะไร จะสัมพันธ์เกี่ยวข้อง จะใช้ จะยกย่อง จะตำหนิ หรือจะแนะนำสั่งสอนอย่างไร จึงจะได้ผลดี ดังนี้ เป็นต้น

3. *Attaññutā:* **Sich selbst kennen**. Er kennt sich selbst wirklichkeitsgemäß in Bezug auf Art und Ausmaß von Status, Zustand, Geschlecht, Kraft, Wissen, Geschick, Können, Tugend und so weiter; dann verhält er sich dementsprechend und erledigt die verschiedenen Aufgaben in Einklang mit diesem Punkt, damit sie zum Erfolg führen. Diese Qualität reicht bis zur Selbstkorrektur, zur Förderung guter Eigenschaften, zu steter Weiterentwicklung, bis zur Vollständigkeit.

4. *Mattaññutā:* **Mäßigung kennen**. Er kennt das richtige Maß, etwa beim Konsum und Ausgeben finanzieller Mittel. Er weiß, wie viel genug, angemessen, das richtige Maß ist – beim Reden, Erledigen von Aufgaben und verschiedenen Arbeiten. Diese Qualität erstreckt sich auch auf Ruhephasen und Schlaf, sowie diverse Arten von Spaß und Unterhaltung. Er erledigt alle Aufgaben mit einem Verständnis seiner Bedürfnisse, damit sie zu wahrhaft Gutem führen, zu rechtschaffenen Ergebnissen, indem er nicht nur eigene Befriedigung oder selbstsüchtige Zwecke im Sinn hat, sondern mit dem richtigen Maß an Ursachen und Bedingungen vorgeht, bzw. mit den Faktoren, die fruchtbare und achtbare Resultate hervorbringen, so wie er es mit Weisheit erkennt.

5. *Kālaññutā:* **Den Zeitpunkt kennen**. Er kennt den richtigen Zeitpunkt und den richtigen Zeitbedarf für seine verschiedenen Aufgaben, Pflichten, Arbeiten und den Umgang mit anderen Menschen. Er weiß zum Beispiel, wann und wie er etwas tun sollte, und führt es dann zur entsprechenden Zeit durch, pünktlich und zuverlässig, rechtzeitig, mit dem richtigen Zeitaufwand und zur passenden, richtigen Zeit. Diese Qualität reicht bis zum Wissen, wie man seine Zeit einteilt und erfolgreich plant.

6. *Parisaññutā:* **Die Versammlung kennen**. Er kennt Ort, Anlass und Personen einer Versammlung. Er weiß um den passenden Umgang, dem jeweiligen Ort, den jeweiligen Personen entsprechend: „Wenn ich in diese Versammlung eintrete, sollte ich mich auf solche Art verhalten und so sprechen. Sie haben solche Kultur und Gebräuche, solche Bedürfnisse. Ich sollte auf diese und jene Weise mit ihnen umgehen, ihnen helfen, zu Diensten und von Nutzen sein."

7. *Puggalaññutā:* **Die Person kennen**. Er kennt und versteht die Unterschiede der Individuen nach ihren Charakterzügen, Fähigkeiten und Tugenden, wer welche Stärken und Schwächen hat. Er weiß um das richtige Verhalten anderen Personen gegenüber, ob er mit ihnen verkehren sollte, was er von ihnen lernen kann, welche Beziehungen er eingehen sollte, wie er sie einsetzen, loben, tadeln, beraten und belehren kann.

ธรรม ๗ ข้อนี้ เรียกว่า **สัปปุริสธรรม*** *แปลว่า ธรรมของสัปปุริสชน คือคนดี หรือคนที่แท้ ซึ่งมีคุณสมบัติของความเป็นคนที่สมบูรณ์*

(องฺ.สตฺตก. ๒๓/๖๕/๑๑๔)

* ดู บันทึกท้ายเล่ม ข้อ ๑ หน้า ๘๑

Diese sieben Eigenschaften heißen *sappurisa-dhammā**, die Eigenschaften eines guten, aufrichtigen Menschen, der die Qualitäten eines vollständigen Menschen besitzt.

(A 7.64 <A.IV.113>)

* Siehe Endnote 1, Seite 81.

หมวดหนึ่ง

คนกับสังคม

✸

๓. คนมีศีลธรรม

(สมาชิกในหมู่อารยชน)

คนมีศีลธรรม หรือมีมนุษยธรรม ที่เรียกได้ว่าเป็นอารยชน มีธรรมคือ คุณสมบัติ ดังนี้

ก. มีสุจริตทั้งสาม *คือ มีความประพฤติดีประพฤติชอบ ๓ ประการ*

๑. *กายสุจริต* ความสุจริตทางกาย ทำสิ่งที่ดีงามถูกต้อง ประพฤติชอบด้วยกาย

๒. *วจีสุจริต* ความสุจริตทางวาจา พูดสิ่งที่ดีงามถูกต้อง ประพฤติชอบด้วยวาจา

๓. *มโนสุจริต* ความสุจริตทางใจ คิดสิ่งที่ดีงามถูกต้อง ประพฤติชอบด้วยใจ

(ที.ปา. ๑๑/๒๒๘/๒๒๗)

ข. ประพฤติตามอารยธรรม *โดยปฏิบัติถูกต้องตามทางแห่งกุศลกรรม ๑๐ ประการ คือ*

• ทางกาย ๓

๑. ละเว้นการฆ่า การสังหาร การบีบคั้นเบียดเบียน; มีเมตตากรุณาช่วยเหลือเกื้อกูลสงเคราะห์กัน

๒. ละเว้นการแย่งชิงลักขโมย และการเอารัดเอาเปรียบ; เคารพสิทธิในทรัพย์สินของกันและกัน

๓. ละเว้นการประพฤติผิดล่วงละเมิดในของรักของหวงแหนของผู้อื่น; ไม่ข่มเหงจิตใจ หรือทำลายลบหลู่เกียรติและวงศ์ตระกูลของกัน

Abschnitt Eins
Mensch und Gesellschaft

3. Ein Mensch mit ethischen Qualitäten
(er gehört zu den zivilisierten Menschen)

Ein Mensch mit ethischen Qualitäten oder wahrhaft menschlichen Eigenschaften, den man als zivilisierten Menschen bezeichnen kann, hat folgende Eigenschaften oder Tugenden:

A. Er besitzt alle drei Arten guten Verhaltens (*sucarita*), er hat gutes und richtiges Verhalten mit drei Aspekten:

1. Kāya-sucarita: gutes Verhalten mit dem Körper. Er tut Dinge, die fruchtbar, achtbar und richtig sind. Er verhält sich körperlich korrekt.

2. Vacī-sucarita: gutes Verhalten mit der Sprache. Er sagt Dinge, die fruchtbar, achtbar und richtig sind. Er verhält sich sprachlich korrekt.

3. Mano-sucarita: gutes Verhalten mit dem Geist. Er denkt Dinge, die fruchtbar, achtbar und richtig sind. Er verhält sich geistig korrekt.

(D 30 <D.III.215>)

B. Er geht nach den Prinzipien zivilisierten Verhaltens vor, indem er korrekt den zehn heilsamen Wirkensfährten folgt, das heißt

drei mit dem Körper:

1. Verzicht auf Töten, die Vernichtung von Leben, auf Unterdrückung und Schädigung; Wohlmeinen, Mitgefühl und Hilfsbereitschaft besitzen.

2. Verzicht auf Verdrängungskampf, Stehlen und Ausbeutung; die Eigentumsrechte anderer respektieren.

3. Verzicht auf Fehlverhalten und Übertritte gegenüber Menschen, die von anderen geliebt und behütet werden; niemanden missbrauchen und nicht den guten Ruf und die Familien anderer zerstören.

• ทางวาจา ๔

๔. ละเว้นการพูดเท็จ โกหกหลอกลวง; กล่าวแต่คำสัตย์ ไม่จงใจพูดให้ผิดจากความจริงเพราะเห็นแก่ผลประโยชน์ใดๆ

๕. ละเว้นการพูดส่อเสียด ยุยง สร้างความแตกแยก; พูดแต่คำที่สมานและส่งเสริมสามัคคี

๖. ละเว้นการพูดคำหยาบคาย สกปรกเสียหาย; พูดแต่คำสุภาพนุ่มนวลควรฟัง

๗. ละเว้นการพูดเหลวไหลเพ้อเจ้อ; พูดแต่คำจริง มีเหตุมีผล มีสารประโยชน์ ถูกกาลเทศะ

• ทางใจ ๓

๘. ไม่ละโมบ ไม่เพ่งเล็งคิดหาทางเอาแต่จะได้; คิดให้ คิดเสียสละ ทำใจให้เผื่อแผ่กว้างขวาง

๙. ไม่คิดร้ายมุ่งเบียดเบียน หรือเพ่งมองในแง่ที่จะทำลาย; ตั้งความปรารถนาดี แผ่ไมตรี มุ่งให้เกิดประโยชน์สุขแก่กัน

๑๐. มีความเห็นถูกต้อง เป็นสัมมาทิฏฐิ เข้าใจในหลักกรรมว่า ทำดีมีผลดี ทำชั่วมีผลชั่ว; รู้เท่าทันความจริงที่เป็นธรรมดาของโลกและชีวิต มองเห็นความเป็นไปตามเหตุปัจจัย

*ธรรม ๑๐ ข้อนี้ เรียกว่า **กุศลกรรมบถ** (ทางทำกรรมดี) บ้าง **ธรรมจริยา** บ้าง **อารยธรรม** บ้าง เป็นรายละเอียดขยายความสุจริต ๓ ข้อข้างต้นด้วย คือ ข้อ ๑–๓ เป็น กายสุจริต ข้อ ๔–๗ เป็น วจีสุจริต ข้อ ๘–๑๐ เป็น มโนสุจริต*

(ม.มู. ๑๒/๔๘๕/๕๒๓)

vier mit der Sprache:

4. Verzicht auf unwahre Rede, Lüge und Betrug; nur die Wahrheit sprechen, nicht absichtlich vom Wahren abweichend zugunsten irgendeines persönlichen Vorteils sprechen.

5. Verzicht auf denunzierende, verhetzende Rede, die Zwietracht sät; nur versöhnende Worte sprechen und Eintracht propagieren.

6. Verzicht auf grobe Worte, obszöne, verletzende Rede; nur höfliche Worte sprechen, die angenehm zu hören und des Zuhörens wert sind.

7. Verzicht auf nutzlose Rede und Geschwätz; nur wahre Worte sprechen, die auf Vernunft beruhen, die Essenz und Nutzen haben, zur richtigen Zeit, am richtigen Ort.

drei mit dem Geist:

8. Nicht gierig sein, nicht nur auf Zugewinn erpicht sein; Geben und Loslassen im Sinn haben, eine fürsorgliche, offene Einstellung haben.

9. Keine hasserfüllten, übelwollenden Gedanken hegen oder andere aus einem destruktiven Blickwinkel betrachten; sich in guten Absichten verankern, Freundlichkeit verbreiten, auf gegenseitiges Wohlergehen ausgerichtet sein.

10. Richtige Ansicht besitzen (*sammādiṭṭhi*); nach dem Gesetz von *kamma* verstehen, dass gute Handlung ein gutes Result hervorbringt und schlechte Handlung ein schlechtes Resultat; die Natur der Welt und des Lebens wirklichkeitsgemäß erkennen, den Lauf der Dinge ihren Ursachen und Bedingungen gemäß sehen.

Diese zehn Eigenschaften werden manchmal als *kusalakammapatha* (heilsame Wirkensfährten) bezeichnet, manchmal als als *dhammacariya* (rechtschaffenes Verhalten) und manchmal als *āryadhamma* (Prinzipien zivilisierten Verhaltens). Sie sind eine Aufgliederung der oben aufgeführten drei Arten von *sucarita*; und zwar sind die Punkte 1-3 gutes körperliches Verhalten, die Punkte 4-7 gutes sprachliches Verhalten und die Punkte 8-10 gutes geistiges Verhalten.

(M 41 <M.I.287>)

ค. อย่างต่ำมีศีล ๕ *หลักความประพฤติ ๑๐ ข้อต้นนั้น เป็นธรรมจริยา และเป็นอารยธรรมที่ครบถ้วนสมบูรณ์ ทำคนให้เจริญขึ้นพร้อม ทั้งทางกาย ทางวาจา และทางใจ แต่ผู้ใดยังไม่มั่นคงในอารยธรรม ท่านสอนว่าผู้นั้นพึงควบคุมตนให้ได้ในทางกายและวาจาก่อนเป็นอย่างน้อย ด้วยการประพฤติตามหลัก* **ศีล ๕** *ที่เป็นส่วนเบื้องต้นของธรรมจริยา ๑๐ ประการนั้น ก็ยังจะได้ชื่อว่าเป็นคนมีศีลธรรม คือ*

๑. เว้นจากปาณาติบาต ละเว้นการฆ่าการสังหาร ไม่ประทุษร้ายต่อชีวิตและร่างกาย

๒. เว้นจากอทินนาทาน ละเว้นการลักขโมยเบียดบังแย่งชิง ไม่ประทุษร้ายต่อทรัพย์สิน

๓. เว้นจากกาเมสุมิจฉาจาร ละเว้นการประพฤติผิดในกาม ไม่ประทุษร้ายต่อของรักของหวงแหน อันเป็นการทำลายเกียรติภูมิและจิตใจตลอดจนทำวงศ์ตระกูลของเขาให้สับสน

๔. เว้นจากมุสาวาท ละเว้นการพูดเท็จโกหกหลอกลวง ไม่ประทุษร้ายเขา หรือประโยชน์สุขของเขาด้วยวาจา

๕. เว้นจากสุราเมรัย ไม่เสพเครื่องดองของมึนเมาสิ่งเสพติด อันเป็นเหตุให้เกิดความประมาทมัวเมา ก่อความเสียหายผิดพลาดเพราะขาดสติ เช่น ทำให้เกิดอุบัติเหตุ แม้อย่างน้อยก็เป็นผู้คุกคามต่อความรู้สึกมั่นคงปลอดภัยของผู้ร่วมสังคม

(องฺ.ปญฺจก. ๒๒/๑๗๒/๒๒๗)

C. Er hält mindestens die fünf Ethikregeln ein. Die oben genannten zehn Verhaltensgrundsätze sind voll ausgeprägtes rechtschaffenes Verhalten oder zivilisiertes Verhalten, das den Menschen auf körperlichem, sprachlichem und geistigem Gebiet weiterbringt. Aber für jene, die in den Prinzipien zivilisierten Verhaltens noch nicht gefestigt sind, lehrt der Buddha, dass sie sich zumindest sprachlich und körperlich im Griff haben sollten, indem sie die fünf Ethikregeln einhalten, die am Anfang der zehn Aspekte rechtschaffenen Verhaltens stehen; und dann verdienen auch sie die Bezeichnung „Menschen mit ethischen Qualitäten".

1. **Enthaltung von *pāṇātipāta***: Verzicht auf Töten, Vernichtung und Schädigung von Leben; keine Ausübung köperlicher Gewalt.

2. **Enthaltung von *adinnādāna***: Verzicht auf Stehlen, Enteignen oder Verdrängen; nicht die Eigentumsrechte anderer verletzen.

3. **Enthaltung von *kāmesumicchācāra***: Verzicht auf sexuelles Fehlverhalten; keine Belästigung von Menschen, die von anderen geliebt und behütet werden; nichts tun, was den guten Ruf und die Herzen anderer zerstört und ihre Familien zerrüttet.

4. **Enthaltung von *musāvāda***: Verzicht auf unwahre Rede, Lüge und Betrug; kein Verletzen anderer oder ihres Wohlergehens durch die Sprache.

5. **Enthaltung von *surāmeraya***: keinen Alkohol oder andere berauschende und in die Abhängigkeit führende Substanzen zu sich nehmen, welche die Bedingung für Nachlässigkeit, Rausch und Trunkenheit sind und zu Schaden und Versagen aufgrund eines Mangels an Achtsamkeit führen, wie zum Beispiel Unfälle. Ein Betrunkener ist im Mindestfall eine Bedrohung für das Gefühl der Stabilität und Sicherheit der Mitmenschen.

(A 5.171, 286 <A.III.203, 275>)

๔. คนมีคุณแก่ส่วนรวม

(สมาชิกที่ดีของสังคม)

สมาชิกที่ดีผู้ช่วยสร้างสรรค์สังคม มีธรรม คือ หลักความประพฤติ ดังนี้

ก. มีพรหมวิหาร *คือ ธรรมประจำใจของผู้ประเสริฐหรือผู้มีจิตใจยิ่งใหญ่กว้างขวางดุจพระพรหม ๔ อย่าง ต่อไปนี้*

๑. *เมตตา* **ความรัก** คือ ความปรารถนาดี มีไมตรี ต้องการช่วยเหลือให้ทุกคนประสบประโยชน์และความสุข

๒. *กรุณา* **ความสงสาร** คือ อยากช่วยเหลือผู้อื่นให้พ้นจากความทุกข์ ใฝ่ใจที่จะปลดเปลื้องบำบัดความทุกข์ยากเดือดร้อนของคนและสัตว์ทั้งปวง

๓. *มุทิตา* **ความเบิกบานพลอยยินดี** เมื่อเห็นผู้อื่นอยู่ดีมีสุข ก็มีใจแช่มชื่นเบิกบาน เมื่อเห็นเขาทำดีงามประสบความสำเร็จก้าวหน้ายิ่งขึ้นไป ก็พลอยยินดีบันเทิงใจด้วย พร้อมที่จะช่วยส่งเสริมสนับสนุน

๔. *อุเบกขา* **ความมีใจเป็นกลาง** คือ มองตามเป็นจริง โดยวางจิตเรียบสม่ำเสมอ มั่นคง เที่ยงตรงดุจตาชั่ง มองเห็นการที่บุคคลจะได้รับผลดีหรือชั่ว สมควรแก่เหตุที่ตนประกอบ พร้อมที่จะวินิจฉัย วางตน และปฏิบัติไปตามหลักการ เหตุผล และความเที่ยงธรรม*

(ที.ม. ๑๐/๑๘๔/๒๒๕)

---

* กรณีสำคัญอีกอย่างหนึ่งที่ใช้อุเบกขา คือ เมื่อเห็นคนที่ตนดูแล เป็นอยู่ดี ต่างขวนขวายในกิจหน้าที่ของตน ก็รู้จักวางทีเฉยดูโดยสงบ ไม่เข้าชี้จู้จี้ ไม่ก้าวก่ายแทรกแซง ท่านแสดงอุปมาข้อหนึ่งว่า อุเบกขานั้นเหมือนดังนายสารถี เมื่อม้าวิ่งถูกทางเรียบสนิทดี ก็นั่งคุมสงบนิ่งคอยดูเฉยอยู่โดยนัยนี้ จึงแสดงความหมายของอุเบกขาอย่างคลุมความว่า ความรู้จักวางทีเฉยดู เมื่อเห็นเขารับผิดชอบตนเองได้ หรือในเมื่อเขาควรต้องได้รับผลสมควรแก่ความรับผิดชอบของตน

ดู วิสุทธิ.๓/๔๑; วิสุทธิ.ฏีกา ๒/๑๓๖; ๓/๑๑๒

4. Ein Mensch mit Wert für die Allgemeinheit
(ein förderliches Mitglied der Gesellschaft)

Ein förderliches Mitglied der Gesellschaft, ein Mensch, der konstruktiv zur Gesellschaft beiträgt, besitzt folgende Eigenschaften oder Prinzipien des Verhaltens:

A. Er hat die Göttlichen Verweilungen (*brahmavihāra*) inne, die vier gewohnheitsmäßigen inneren Qualitäten eines besonderen Menschen, der ein weites, großes Herz wie ein Gott besitzt, und zwar:

1. *Mettā*, **Liebende Güte**; Wohlmeinen, Freundlichkeit, der Wunsch zu helfen und dazu beizutragen, dass jeder Mensch Wohl und Glück erfährt.

2. *Karuṇā*, **Mitgefühl**; der Wunsch zu helfen und dazu beizutragen, dass andere von Leiden frei werden; Anteilnahme, um das Leiden, die Schwierigkeiten und Probleme von Menschen und allen anderen Wesen zu lindern und zu beheben.

3. *Muditā*, **Mitfreude**; von Herzen froh sein, wenn man sieht, dass es anderen gut geht, dass sie glücklich sind; es begrüßen, wenn sie gut und achtbar handeln, Erfolg haben, vorankommen, sich verbessern; und sie zugleich darin bestärken und unterstützen.

4. *Upekkhā*, **Gleichmut**; wirklichkeitsgemäß betrachten, mit einem gefestigten Geist im Ebenmaß, unparteiisch wie eine Waagschale; erkennen, dass eine Person, je nach den von ihr selbst geschaffenen Ursachen, gute oder schlechte Resultate erfährt; bereit sein zur Analyse, inneren Ausrichtung und Vorgehensweise nach diesem Prinzip, mit Vernunft und Aufrichtigkeit.*

(D 19 <D.II.196>)

---

* Ein wichtiges Einsatzgebiet von Gleichmut ist, wenn wir sehen, dass Menschen in unserer Obhut ihre Aufgaben gut erledigen, und wir uns beruhigt zurücklehnen und zuschauen, ohne uns einzumischen. Der Buddha vergleicht das mit einem Wagenlenker, der sich zurücklehnt, ruhig und unbeteiligt zuschaut, wenn die Pferde gut laufen und den Kurs einhalten. Das zeigt also, dass Gleichmut auch bedeutet, loszulassen und zuzuschauen, wenn man erkennt, dass andere ihren Verantwortlichkeiten selbst nachkommen können oder dementsprechende Resultate ernten.

(Siehe Vism 2§474 = Kap.XIV.5 <Vism.467>; VismT. 2.136, 3.112 <?>)

เมื่อมีคุณธรรมภายในเป็นพื้นฐานจิตใจเช่นนี้แล้ว พึงแสดงออกภายนอกตามหลักความประพฤติ ต่อไปนี้

ข. บำเพ็ญการสงเคราะห์ *คือ ปฏิบัติตามหลักการสงเคราะห์ หรือธรรมเครื่องยึดเหนี่ยวใจคน และประสานหมู่ชนไว้ในสามัคคี ที่เรียกว่า* **สังคหวัตถุ ๔** *อย่าง ดังต่อไปนี้*

๑. ทาน **ให้ปัน** คือ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ เสียสละ แบ่งปัน ช่วยเหลือสงเคราะห์ ด้วยปัจจัยสี่ ทุน หรือทรัพย์สินสิ่งของ ตลอดจนให้ความรู้ความเข้าใจ และศิลปวิทยา

๒. ปิยวาจา **พูดอย่างรักกัน** คือ กล่าวคำสุภาพ ไพเราะ น่าฟัง ชี้แจงแนะนำสิ่งที่เป็นประโยชน์ มีเหตุผล เป็นหลักฐาน ชักจูงในทางที่ดีงาม หรือคำแสดงความเห็นอกเห็นใจ ให้กำลังใจ รู้จักพูดให้เกิดความเข้าใจดี สมานสามัคคี เกิดไมตรี ทำให้รักใคร่นับถือและช่วยเหลือเกื้อกูลกัน

๓. อัตถจริยา **ทำประโยชน์แก่เขา** คือ ช่วยเหลือด้วยแรงกาย และขวนขวายช่วยเหลือกิจการต่างๆ บำเพ็ญสาธารณประโยชน์ รวมทั้งช่วยแก้ไขปัญหาและช่วยปรับปรุงส่งเสริมในด้านจริยธรรม

๔. สมานัตตตา **เอาตัวเข้าสมาน** คือ ทำตัวให้เข้ากับเขาได้ วางตนเสมอต้นเสมอปลาย ให้ความเสมอภาค ปฏิบัติสม่ำเสมอกันต่อคนทั้งหลาย ไม่เอาเปรียบ และเสมอในสุขทุกข์ คือ ร่วมสุข ร่วมทุกข์ ร่วมรับรู้ ร่วมแก้ไขปัญหา เพื่อให้เกิดประโยชน์สุขร่วมกัน

พูดสั้นๆ ว่า: ช่วยด้วยทุนด้วยของหรือความรู้; ช่วยด้วยถ้อยคำ; ช่วยด้วยกำลังงาน; ช่วยด้วยการร่วมเผชิญและแก้ปัญหา

(ที.ปา. ๑๑/๑๔๐/๑๖๗)

Besitzt er solche inneren Qualitäten als Herzensgrundlage, dann möge er ihnen nach folgenden Prinzipien des Verhaltens Ausdruck verleihen:

B. Er leistet Beistand. Er geht nach den Grundsätzen des Helfens vor. Es sind Eigenschaften, mit denen er auf die Herzen der Menschen zugeht, sie anzieht und Gemeinschaften in Eintracht zusammenhält; diese nennt man die vier ***saṅgahavatthu***:

1. Dāna, **Geben**: Er ist großzügig, verteilt, gibt ab, teilt, hilft mit den vier Bedarfsgegenständen, finanziellen Mittel, materiellen Gütern, aber auch mit seinem Wissen und Verständnis, seinen Fähigkeiten und mit Lehrvermittlung.

2. Piyavācā, **liebenswürdige Rede**: Er spricht höfliche, schöne, hörenswerte Worte, die auf Nützliches hinweisen, die auf Vernunft beruhen und zum Guten beitragen; oder Worte, die einfühlsam sind und moralische Unterstützung geben; er weiß, wie man spricht, um sich verständlich auszudrücken, Eintracht herzustellen, Freundschaft zu schließen, gegenseitigen Respekt und liebevollen, hilfsbereiten Umgang miteinander zu fördern.

3. Atthacariyā, **anderen von Nutzen sein**: Er hilft mit seiner körperlichen Kraft, bemüht sich darum, anderen bei ihren verschiedenen Aufgaben zu helfen. Er handelt zum gemeinschaftlichen Vorteil, einschließlich der Problemlösung und Hilfe beim Etablieren und Fördern ethischen Verhaltens.

4. Samānattatā, **sich selbst einbringen**: Er kann sich für andere einsetzen, gleichmäßig und gleichbleibend, unter Wahrung von Unparteilichkeit. Er verhält sich allen gegenüber gleich, ohne Bevorzugung, in Glück und Leid; er teilt also Glück und Leid mit anderen, ist bei ihnen beim Erkennen und Lösen von Problemen, zum gemeinsamen Wohl.

Kurz gesagt: Hilfe durch finanzielle Mittel, Güter oder Wissen; Hilfe durch Sprache; Hilfe durch Arbeitskraft; Hilfe durch das Anpacken und Lösen von Problemen.

(D 30, 31 <D.III.152, 232>)

๕. คนผู้เป็นส่วนร่วมที่ดีของหมู่ชน

(สมาชิกที่ดีของชุมชน)

คนผู้เป็นส่วนร่วมที่ดีของหมู่ชน ซึ่งจะช่วยให้หมู่ชนอยู่ร่วมกันด้วยดี มีธรรม คือ หลักความประพฤติ ดังนี้

ก. พึ่งตนเองได้ *คือ ทำตนให้เป็นที่พึ่งของตนได้ พร้อมที่จะรับผิดชอบตนเอง ไม่ทำตัวให้เป็นปัญหาหรือเป็นภาระถ่วงหมู่คณะ หรือหมู่ญาติ ด้วยการประพฤติธรรมสำหรับสร้างที่พึ่งแก่ตนเอง (เรียกว่า* **นาถกรณธรรม***) ๑๐ ประการ คือ*

๑. *ศีล* **ประพฤติดีมีวินัย** คือ ดำเนินชีวิตโดยสุจริต ทั้งทางกาย ทางวาจา มีวินัย และประกอบสัมมาชีพ

๒. *พาหุสัจจะ* **ได้ศึกษาสดับมาก** คือ ศึกษาเล่าเรียนสดับตรับฟังมาก อันใดเป็นสายวิชาของตน หรือตนศึกษาศิลปวิทยาใด ก็ศึกษาให้ชำชอง มีความเข้าใจกว้างขวางลึกซึ้ง รู้ชัดเจนและใช้ได้จริง

๓. *กัลยาณมิตตตา* **รู้จักคบคนดี** คือ มีกัลยาณมิตร รู้จักเลือกเสวนาเข้าหาที่ปรึกษาหรือผู้แนะนำสั่งสอนที่ดี เลือกสัมพันธ์เกี่ยวข้องและถือเยี่ยงอย่างสิ่งแวดล้อมทางสังคมที่ดี ซึ่งจะทำให้ชีวิตเจริญงอกงาม

๔. *โสวจัสสตา* **เป็นคนที่พูดกันง่าย** คือ ไม่ดื้อรั้นกระด้าง รู้จักรับฟังเหตุผลและข้อเท็จจริง พร้อมที่จะแก้ไขปรับปรุงตน

๕. *กิงกรณีเยสุ ทักขตา* **ขวนขวายกิจของหมู่** คือเอาใจใส่ช่วยเหลือธุระและกิจการของชนร่วมหมู่คณะ ญาติ เพื่อนพ้อง และของชุมชน รู้จักใช้ปัญญาไตร่ตรองหาวิธีดำเนินการที่เหมาะ ทำได้ จัดได้ ให้สำเร็จเรียบร้อยด้วยดี

5. Ein förderlicher Gruppenteilnehmer
(ein gutes Mitglied der Gemeinschaft)

Derjenige Mensch ist ein guter, förderlicher Gruppenteilnehmer, der zum friedlichen Miteinander in der Gruppe beiträgt, mit Hilfe folgender Eigenschaften oder Verhaltensgrundsätze:

A. Er kann sich auf sich selbst verlassen, das heißt, er ist sich selbst eine Zuflucht, bereit, Verantwortung für sich selbst zu übernehmen. Er macht sich nicht zum Problem oder zur Belastung für seine Gruppe oder seine Angehörigen, indem er für sich die zehn Eigenschaften zum Selbstschutz erwirkt (*nāthakaraṇadhamma*):

1. Sīla, **gutes Verhalten und Disziplin**: Er praktiziert Ethik durch gutes körperliches und sprachliches Verhalten. Er besitzt Disziplin und erwirbt seinen Unterhalt durch richtige Lebensweise.

2. Bāhusacca, **gründliche, umfassende Bildung**: Er hat viel und gründlich gelernt und zugehört. Auf seinem eigenen speziellen Wissensgebiet oder beim Erwerb von Wissen und Fähigkeiten auf anderen Gebieten, bildet er sich bis zur Geläufigkeit, zu umfassendem und tiefgründigem Verständnis, zu klarer Kenntnis und der Fähigkeit echter Anwendung.

3. Kalyāṇamittatā, **Wissen um guten Umgang**: Er hat wirkliche, gute Freunde und weiß, wie man guten Umgang wählt. Er tritt an Menschen heran, die guten Rat und Anleitung zum Guten geben können. Er sucht Kontakt und Umgang mit einem guten Umfeld in der Gesellschaft und hält sich an Nachahmenswertes, das sein Leben gedeihen lässt.

4. Sovacassatā, **leichte Ansprechbarkeit**: Er ist nicht stur und rechthaberisch. Er kann auf Vernunftgründe hören und Tatsachen akzeptieren und ist bereit, sich selbst zu korrigieren und zu verbessern.

5. Kiṅkaraṇīyesu dakkhatā, **Einsatzbereitschaft bei gemeinschaftlichen Projekten**: Er setzt sich ein und hilft bei den Geschäften und Aufgaben seiner Gruppe, seiner Angehörigen, Freunde und der Gemeinschaft. Er weiß seine Weisheit und Klugheit einzusetzen, um Mittel und Wege zu finden, die Projekte angemessen auszuführen, zu erledigen, zu organisieren und mit gutem Erfolg abzuschließen.

๖. *ธรรมกามตา* **เป็นผู้ใคร่ธรรม** คือ รักธรรม ชอบศึกษา ค้นคว้า สอบถามหาความรู้หาความจริง รู้จักพูด รู้จักรับฟัง สร้างความรู้สึกสนิทสนมสบายใจ ชวนให้ผู้อื่นอยากเข้ามาปรึกษาและร่วมสนทนา

๗. *วิริยารัมภะ* **มีความเพียรขยัน** คือ ขยันหมั่นเพียร พยายามหลีกละความชั่ว ประกอบความดี บากบั่น ก้าวหน้า ไม่ย้อท้อ ไม่ละเลยทอดทิ้งธุระหน้าที่

๘. *สันตุฏฐี* **มีสันโดษรู้พอดี** คือ ยินดี พึงพอใจแต่ในลาภผล ผลงาน และผลสำเร็จต่างๆ ที่ตนสร้างหรือแสวงหามาได้ด้วยเรี่ยวแรงความเพียรพยายามของตนเองโดยทางชอบธรรม และไม่มัวเมาเห็นแก่ความสุขทางวัตถุ

๙. *สติ* **มีสติคงมั่น** คือ รู้จักกำหนดจดจำ ระลึกการที่ทำ คำที่พูด กิจที่ทำแล้ว และที่จะต้องทำต่อไปได้ จะทำอะไรก็รอบคอบ รู้จักยับยั้งชั่งใจ ไม่ผลีผลาม ไม่เลินเล่อ ไม่เลื่อนลอย ไม่ประมาท ไม่ยอมถลำลงในทางผิดพลาด ไม่ปล่อยปละละเลยทิ้งโอกาสสำหรับความดีงาม

๑๐. *ปัญญา* **มีปัญญาเหนืออารมณ์** คือ มีปัญญาหยั่งรู้เหตุผล รู้ดี รู้ชั่ว คุณโทษ ประโยชน์มิใช่ประโยชน์ มองสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง รู้จักพิจารณาวินิจฉัยด้วยใจเป็นอิสระ ทำการต่างๆ ด้วยความคิดและมีวิจารณญาณ

(ที.ปา. ๑๑/๓๕๗/๒๘๑)

ข. อยู่ร่วมในหมู่ด้วยดี *ในด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่นที่เป็นเพื่อนร่วมงาน ร่วมกิจการ หรือร่วมชุมชน ตลอดจนพี่น้องร่วมครอบครัว พึงปฏิบัติตามหลักการอยู่ร่วมกัน ที่เรียกว่า* **สาราณียธรรม** *(ธรรมเป็นเหตุให้ระลึกถึงกัน) ๖ ประการ คือ*

๑. *เมตตากายกรรม* **ทำต่อกันด้วยเมตตา** คือ แสดงไมตรีและความหวังดีต่อเพื่อนร่วมงาน ร่วมกิจการ ร่วมชุมชน ด้วยการช่วยเหลือกิจธุระต่างๆ โดยเต็มใจ แสดงอาการกิริยาสุภาพ เคารพนับถือกัน ทั้งต่อหน้าและลับหลัง

6. *Dhammakāmatā,* **Wahrheitsliebe**: Er ist einer, der die Wahrheit liebt. Er bildet sich gerne weiter, forscht nach, untersucht, fragt nach, auf der Suche nach Wissen und Wahrheit. Er kennt sich aus mit Reden und Zuhören, erzeugt ein entspanntes Klima der Glaubwürdigkeit, das andere dazu bewegt, ihn um Rat und Gespräch aufzusuchen.

7. Viriyārambha, **Tatkraft und Fleiß**: Er ist fleißig, wendet standhaft seine Tatkraft an, um Unheilsames zu vermeiden und zu überwinden und Gutes zu errichten. Er strengt sich an, vorwärts zu kommen, ist nicht mutlos und vernachlässigt seine Aufgaben und Pflichten nicht.

8. Santuṭṭhī, **Zufriedenheit und Genügsamkeit**: Er ist erbaut und zufrieden mit dem Zugewinn, den diversen Ergebnissen und Erfolgen, die er durch eigene Kraft und Bemühung auf rechtschaffene Weise bewirkt, bzw. nach denen er getrachtet hat. Mit ungetrübter Sicht ist er nicht darauf aus, sein Glück in materiellen Dingen zu finden.

9. Sati, **gefestigte Achtsamkeit**: Er weiß seine Aufmerksamkeit auszurichten, um sich auf Getanes, Gesprochenes, bereits erledigte und noch vor ihm liegende Aufgaben zu besinnen. Bei allem, was er tut, geht er mit Umsicht und Zurückhaltung vor, nicht überstürzt oder schlampig, nicht geistesabwesend oder nachlässig. Er ist nicht bereit, auf Abwege abzurutschen und er lässt keine Gelegenheit aus, Gutes zu tun.

10. Paññā, **überlegene Weisheit**: Er besitzt Weisheit, die Ursache und Wirkung sondiert. Er kennt das Gute, kennt das Schlechte, Vorteil und Nachteil, Nutzen und Schaden. Er betrachtet alle Dinge wirklichkeitsgemäß. Er kann mit einem unbeeinträchtigten Herzen kontemplieren und analysieren. Er verrichtet seine Aufgaben mit Überlegung und Besonnenheit.

(D 33, 34 <D.III.266, 290>)

B. Er fügt sich harmonisch in die Gruppe ein. In Bezug auf sein Verhältnis zu Kollegen, Mitarbeitern, Mitgliedern seiner Gemeinschaft und Geschwistern in der Familie sollte er sich nach den Prinzipien eines harmonischen Miteinander richten, die als die sechs *sārāṇīyadhamma* (Eigenschaften zur gegenseitigen Rücksichtnahme) bezeichnet werden:

1. Mettākāyakamma, **wohlmeinende Handlung**: [Alle Beteiligten] bringen Freundlichkeit und Wohlmeinen ihren Kollegen, Mitarbeitern, Gemeinschaftsmitgliedern zum Ausdruck, durch von Herzen kommende Hilfe bei diversen Projekten und Aufgaben, mit einem Ausdruck von Höflichkeit und Respekt, sowohl öffentlich als auch unbemerkt.

๒. *เมตตาวจีกรรม* **พูดต่อกันด้วยเมตตา** คือ ช่วยบอกแจ้งสิ่งที่เป็นประโยชน์ สั่งสอนหรือแนะนำตักเตือนกันด้วยความหวังดี กล่าววาจาสุภาพ แสดงความเคารพนับถือกัน ทั้งต่อหน้าและลับหลัง

๓. *เมตตามโนกรรม* **คิดต่อกันด้วยเมตตา** คือ ตั้งจิตปรารถนาดี คิดทำสิ่งที่เป็นประโยชน์แก่กัน มองกันในแง่ดี มีหน้าตายิ้มแย้มแจ่มใสต่อกัน

๔. *สาธารณโภคี* **ได้มาแบ่งกันกินใช้** คือ แบ่งปันลาภผลที่ได้มาโดยชอบธรรม แม้เป็นของเล็กน้อยก็แจกจ่ายให้ได้มีส่วนร่วมใช้สอยบริโภคทั่วกัน

๕. *สีลสามัญญตา* **ประพฤติให้ดีเหมือนเขา** คือ มีความประพฤติสุจริต ดีงาม รักษาระเบียบวินัยของส่วนรวม ไม่ทำตนให้เป็นที่น่ารังเกียจหรือเสื่อมเสียแก่หมู่คณะ

๖. *ทิฏฐิสามัญญตา* **ปรับความเห็นเข้ากันได้** คือ เคารพรับฟังความคิดเห็นกัน มีความเห็นชอบร่วมกัน ตกลงกันได้ในหลักการสำคัญ ยึดถืออุดมคติ หลักแห่งความดีงาม หรือจุดหมายสูงสุดอันเดียวกัน

(ที.ปา. ๑๑/๓๑๗/๒๕๗)

2. Mettāvacīkamma, **wohlmeinende Rede**: Sie weisen einander auf Förderliches hin, lehren, leiten oder ermahnen einander mit Wohlmeinen, führen höfliche Rede mit einem Ausdruck von Respekt, sowohl öffentlich als auch unbemerkt.

3. Mettāmanokamma, **wohlmeinendes Denken**: Sie verankern sich in einer wohlwollenden Geisteshaltung, denken an Handlungen zum gegenseitigen Wohl, betrachten einander in einem guten Licht, begleitet von einem freundlichen und klaren Gesichtsausdruck.

4. Sādhāraṇabhogī, **Teilen von Konsum- und Gebrauchsgütern**: Sie teilen jeglichen Zugewinn, der ihnen auf rechtschaffene Weise zugekommen ist, und sorgen dafür, dass selbst geringfügige Dinge gleichmäßig unter allen aufgeteilt werden.

5. Sīlasāmaññatā, **gemeinsame Ethik**: Sie halten gutes, fruchtbares und achtbares Verhalten ein, wahren die gemeinschaftlichen Vorgehensweisen und gemeinsame Disziplin, verhalten sich nicht tadelnswert oder auf eine Weise, die schädlich für die Gruppe ist.

6. Diṭṭhisāmaññatā, **rücksichtsvolle Sichtweise**: Sie respektieren und akzeptieren die Denkweise und Meinung anderer, auf einer gemeinsamen Basis richtiger Anschauung. In wichtigen Prinzipien sind sie sich einig und halten sich an die gleichen höchsten Ideale, die Prinzipien des Guten und Heilsamen, und haben das gleiche höchste Ziel.

(D 33 <D.III.245>)

๖. คนมีส่วนร่วมในการปกครองที่ดี

(สมาชิกที่ดีของรัฐ)

สมาชิกของรัฐผู้มีส่วนร่วมให้เกิดการปกครองที่ดี โดยเฉพาะคนในสังคมประชาธิปไตย พึงรู้หลักและปฏิบัติดังนี้

ก. รู้หลักอธิปไตย *คือ รู้หลักความเป็นใหญ่ที่เรียกว่า* **อธิปไตย ๓** *ประการ* ดังนี้*

๑. อัตตาธิปไตย **ถือตนเป็นใหญ่** คือ ถือเอาตนเอง ฐานะ ศักดิ์ศรี เกียรติภูมิ ของตนเป็นใหญ่ กระทำการด้วยปรารภตนและสิ่งที่เนื่องด้วยตนเป็นประมาณ ในฝ่ายกุศล ได้แก่ เว้นชั่วทำดีด้วยเคารพตน

๒. โลกาธิปไตย **ถือโลกเป็นใหญ่** คือ ถือความนิยมของชาวโลกเป็นใหญ่ หวั่นไหวไปตามเสียงนินทาและสรรเสริญ กระทำการด้วยปรารภจะเอาใจหมู่ชน หาความนิยม หรือหวั่นกลัวเสียงกล่าวว่าเป็นประมาณ ในฝ่ายกุศล ได้แก่เว้นชั่วทำดี ด้วยเคารพเสียงหมู่ชน

๓. ธรรมาธิปไตย **ถือธรรมเป็นใหญ่** คือ ถือหลักการ ความจริง ความถูกต้อง ความดีงาม เหตุผลเป็นใหญ่ กระทำการด้วยปรารภสิ่งที่ได้ศึกษาตรวจสอบตามข้อเท็จจริง และความคิดเห็นที่รับฟังอย่างกว้างขวางแจ้งชัดและพิจารณาอย่างดีที่สุด เต็มขีดแห่งสติปัญญาจะมองเห็นได้ด้วยความบริสุทธิ์ใจว่า เป็นไปโดยชอบธรรม และเพื่อความดีงาม เป็นประมาณอย่างสามัญ ได้แก่ ทำการด้วยความเคารพหลักการ กฎ ระเบียบ กติกา

เมื่อรู้อย่างนี้แล้ว ถ้าต้องการรับผิดชอบต่อรัฐประชาธิปไตย พึงถือหลักข้อ ๓ คือ ธรรมาธิปไตย

(ที.ปา. ๑๑/๒๒๘/๒๓๑)

---

* ดู บันทึกท้ายเล่ม ข้อ ๒ หน้า ๘๑

6. Ein Mensch, der zu gutem Staatswesen beiträgt
(ein guter Staatsbürger)

Ein Staatsbürger, der zu gutem Staatswesen beiträgt, insbesondere in einer Demokratie, sollte folgende Prinzipien kennen und befolgen:

A. Er versteht die drei Arten oberster Instanz (*adhipateyya*)*:

1. Attādhipateyya, **sich selbst als oberste Instanz betrachten**: Das eigene Ego, Status, Rang, Ruf als oberste Instanz betrachten; nach der Prämisse vorgehen, dass das eigene Ego und Selbstbezogenheit das Maß aller Dinge ist. Auf der heilsamen Seite bedeutet es, Übel zu vermeiden und Gutes zu bewirken aus Selbstachtung.

2. Lokādhipateyya, **die Welt als oberste Instanz betrachten**: Weltliche Wertvorstellungen als oberste Instanz betrachten; von Kritik und Lob hin und hergerissen werden; nach der Prämisse vorgehen, dass die eigene Gruppe zufriedengestellt werden muss; nach Beliebtheit trachten und Widerspruch fürchten wird zum Maß der Dinge. Auf der heilsamen Seite bedeutet es, Übel zu vermeiden und Gutes zu bewirken aus Respekt vor der Gruppenmeinung.

3. Dhammādhipateyya, **Dhamma als oberste Instanz betrachten**: Prinzipien der Wahrheit, Rechtschaffenheit, Achtbarkeit und Vernunft als oberste Instanz betrachten; mit Gelerntem und auf Richtigkeit Geprüftem als Prämisse vorgehen, mit einer aufgeschlossenen und scharfsinnigen Denk- und Sichtweise und nach bestmöglicher Erwägung; unter Einsatz aller verfügbaren Achtsamkeit und Weisheit mit Unbescholtenheit erkennen, was aus Wahrheitsliebe entsteht und zum Guten führt. Nach gewöhnlichen Maßstäben bedeutet es eine Vorgehensweise mit Achtung vor Prinzipien, Gesetzen, Regeln und Übereinkünften.

Mit diesem Verständnis ausgestattet, sollte sich ein verantwortungsbewusster Mensch in einem demokratischen Staat an das dritte Prinzip halten, *dhammādhipateyya*, also Dhamma als oberste Instanz betrachten.

(D 33 <D.III.220>)

* Siehe Endnote 2, Seite 81.

ข. มีส่วนในการปกครอง *โดยปฏิบัติตามหลักการร่วมรับผิดชอบที่จะช่วยป้องกันความเสื่อม นำไปสู่ความเจริญรุ่งเรืองโดยส่วนเดียว ที่เรียกว่า* **อปริหานิยธรรม ๗** *ประการ คือ*

๑. หมั่นประชุมกันเนืองนิตย์ พบปะปรึกษาหารือกิจการงาน (ที่พึงรับผิดชอบตามระดับของตน) โดยสม่ำเสมอ

๒. พร้อมเพรียงกันประชุม พร้อมเพรียงกันเลิกประชุม พร้อมเพรียงกันทำกิจทั้งหลายที่พึงทำร่วมกัน

๓. ไม่ถืออำเภอใจใคร่ต่อความสะดวก บัญญัติวางข้อกำหนดกฎเกณฑ์ต่างๆ อันมิได้ตกลงบัญญัติวางไว้ และไม่เหยียบย่ำล้มล้างสิ่งที่ตกลงวางบัญญัติกันไว้แล้ว ถือปฏิบัติมั่นอยู่ในบทบัญญัติใหญ่ที่วางไว้เป็นธรรมนูญ

๔. ท่านผู้ใดเป็นผู้ใหญ่มีประสบการณ์ยาวนาน ให้เกียรติเคารพนับถือท่านเหล่านั้น มองเห็นความสำคัญแห่งถ้อยคำของท่านว่าเป็นสิ่งอันพึงรับฟัง

๕. ให้เกียรติและคุ้มครองกุลสตรี มิให้มีการข่มเหงรังแก

๖. เคารพบูชาสักการะเจดีย์ ปูชนียสถาน อนุสาวรีย์ประจำชาติ อันเป็นเครื่องเตือนความทรงจำ เร้าให้ทำดี และเป็นที่รวมใจของหมู่ชน ไม่ละเลย พิธีเคารพบูชาอันพึงทำต่ออนุสรณ์สถานเหล่านั้นตามประเพณี

๗. จัดการให้ความอารักขา บำรุง คุ้มครอง อันชอบธรรม แก่บรรพชิตผู้ทรงศีลทรงธรรมบริสุทธิ์ ซึ่งเป็นหลักใจและเป็นตัวอย่างทางศีลธรรมของประชาชน เต็มใจต้อนรับและหวังให้ท่านอยู่โดยผาสุก

(ที.ม. ๑๐/๖๘/๘๖)

นอกจากนี้ พึงประพฤติตนเป็นผู้ครองเรือนและหัวหน้าครอบครัวที่ดี ตามหลักปฏิบัติในบทที่ ๑๑ ว่าด้วยคนครองเรือนที่เลิศล้ำ โดยเฉพาะข้อ จ. ครองตนเป็นพลเมืองที่ดี

B. Er beteiligt sich am Staatswesen durch ein Vorgehen nach dem Grundsatz gemeinsamer Verantwortung, der vor Niedergang und Verfall schützt und zu Gedeih und Erfolg führt, mit der Hilfe von Faktoren, die man die sieben *aparihāniyadhamma* nennt:

1. Regelmäßige Zusammenkünfte werden abgehalten; alle versammeln sich regelmäßig immer wieder, um Aufgaben und Projekte zu diskutieren (die jeder, je nach seinen Möglichkeiten, auf sich nehmen sollte).

2. Alle kommen einträchtig zusammen, alle heben die Versammlung einträchtig auf, alle erledigen einträchtig die notwendigen Gemeinschaftsaufgaben.

3. Niemand erlässt aus Willkür oder Bequemlichkeit Bestimmungen und Gesetze, die nicht gemeinschaftlich beschlossen wurden; niemand reißt bestehende Beschlüsse nieder oder annulliert sie; alle halten sich fest an die wesentlichen Beschlüsse, die als Verfassung niedergelegt sind.

4. Bedeutende Persönlichkeiten mit viel und langjähriger Erfahrung werden geehrt, geschätzt und respektiert. Ihren Worten wird Bedeutung zugemessen, ihnen wird Beachtung geschenkt.

5. Frauen werden respektiert und versorgt, vor Missbrauch und Unterdrückung geschützt.

6. Respekt und Verehrung gilt religiösen Bauwerken, Orten der Andacht und den Gedenkstätten des Landes; sie sind Denkmale, die zur Besinnung auf das Gute gemahnen, und Fokuspunkte für den Gemeinschaftsgeist. Die jeweils üblichen Zermonien zur Erweisung von Respekt und Ehre an diesen Gedenkstätten werden nicht vernachlässigt.

7. Rechtschaffener Schutz, Unterstützung und Versorgung von Hauslosen wird organisiert, für Menschen, die einen ethischen Reinheitswandel führen; sie geben inneren Halt und dienen als ethisches Vorbild für die Bevölkerung; sie sind für die Menschen da und wünschen ihr Wohlergehen.

(D 16 <D.II.73>)

Darüber hinaus sollte man sich als guter Haushaltsvorstand und gutes Familienoberhaupt nach den Verhaltensgrundsätzen in Kapitel 11, „Ein hervorragender Haushälter“, richten, insbesondere nach Punkt E. über das Verhalten als guter Bürger.

๗. คนผู้นำรัฐ

(พระมหากษัตริย์ หรือผู้ปกครองบ้านเมือง)

ท่านผู้เป็นใหญ่ในแผ่นดิน ผู้นำ และผู้ปกครองรัฐ ตั้งต้นแต่พระเจ้าจักรพรรดิ พระมหากษัตริย์ ตลอดจนนักปกครองโดยทั่วไป มีหลักธรรมที่เป็นคุณสมบัติ และเป็นข้อปฏิบัติ ดังนี้

ก. ทรงทศพิธราชธรรม *คือ มีคุณธรรมของผู้ปกครอง หรือ* **ราชธรรม** *(ธรรมของพระราชา) ๑๐ ประการ ดังนี้*

๑. *ทาน* **ให้ปันช่วยประชา** คือ บำเพ็ญตนเป็นผู้ให้ โดยมุ่งปกครองหรือทำงานเพื่อให้เขาได้ มิใช่เพื่อจะเอาจากเขา เอาใจใส่อำนวยบริการจัดสรรความสงเคราะห์ อนุเคราะห์ ให้ประชาราษฎร์ได้รับประโยชน์สุขความสะดวกปลอดภัย ตลอดจนให้ความช่วยเหลือแก่ผู้เดือดร้อนประสบทุกข์ และให้ความสนับสนุนแก่คนทำความดี

๒. *ศีล* **รักษาความสุจริต** คือ ประพฤติดีงาม สำรวมกายและวจีทวารประกอบแต่การสุจริต รักษากิตติคุณ ประพฤติให้ควรเป็นตัวอย่าง และเป็นที่เคารพนับถือของประชาราษฎร์ มิให้มีข้อที่ผู้ใดจะดูแคลน

๓. *ปริจจาคะ* **บำเพ็ญกิจด้วยเสียสละ** คือ สามารถเสียสละความสุขสำราญ เป็นต้น ตลอดจนชีวิตของตนได้ เพื่อประโยชน์สุขของประชาชน และความสงบเรียบร้อยของบ้านเมือง

๔. *อาชชวะ* **ปฏิบัติภาระโดยซื่อตรง** คือ ซื่อตรงทรงสัตย์ไร้มารยา ปฏิบัติภารกิจโดยสุจริต มีความจริงใจ ไม่หลอกลวงประชาชน

๕. *มัททวะ* **ทรงความอ่อนโยนเข้าถึงคน** คือ มีอัธยาศัย ไม่เย่อหยิ่งหยาบคายกระด้างถือองค์ มีความงามสง่าเกิดแต่ท่วงทีกิริยาสุภาพนุ่มนวลละมุนละไม ควรได้ความรักภักดี แต่มิขาดยำเกรง

7. Der Staatslenker
(ein König oder Landeschef)

Für das Oberhaupt eines Landes, den Staatslenker, Regierungschef – vom Universalherrscher, König bis hin zu den Verwaltungschefs im Allgemeinen – gibt es folgende Grundsätze, ethische Qualitäten, Verhaltensregeln:

A. Er ist mit zehn königlichen Qualitäten ausgestattet, das heißt, er besitzt die Tugenden eines rechtschaffenen Herrschers (*rājadhamma*):

1. Dāna, **mit der Bevölkerung teilen**: Er ist ein Wohltäter, seine Regierungsweise und Arbeit ist auf Geben ausgerichtet, nicht auf Nehmen. Er sorgt für Hilfsdienste, Wohlfahrtsprojekte, Unterstützung und Erleichterung zum Wohle der Bevölkerung, zu ihrem Wohlbefinden und ihrer Sicherheit, bis hin zur Hilfe für Menschen in Not und Leid und Förderung von Menschen, die Gutes tun.

2. Sīla, **gutes Verhalten wahren**: Er verhält sich gut und achtbar, gesammelt in Taten und Worten, zeigt nur gutes Verhalten und wahrt seine Würde. Er ist ein Vorbild und Gegenstand des Respekts und der Verehrung von Seiten der Bevölkerung. Er gibt anderen keinerlei Anlass zur Verachtung.

3. Pariccāga, **aufopferungsvoll Pflichten erfüllen**: Er ist in der Lage, sein persönliches Wohlergehen, sogar sein Leben zu opfern, zum Wohl der Bevölkerung und für Frieden und Ordnung in Stadt und Land.

4. Ajjava, **Arbeiten ehrlich erledigen**: Er ist ehrlich und hält die Wahrheit aufrecht. Er ist frei von Hinterlist und erledigt seine Aufgaben mit Anstand. Er ist aufrichtig und betrügt die Bevölkerung nicht.

5. Maddava, **mit Milde die Menschen erreichen**: Er ist vom Charakter her nicht arrogant, grob, hart oder eingebildet. Er besitzt Anmut und Würde, die von einer höflichen und sanften Einstellung herrühren, die Liebe und Hingabe verdient, wobei es aber nicht an Achtung und Ehrfurcht mangelt.

๖. *ตปะ* **พ้นมัวเมาด้วยเผากิเลส** คือ แผดเผากิเลสตัณหา มิให้เข้ามาครอบงำจิต ระงับยับยั้งข่มใจได้ ไม่หลงใหลหมกมุ่นในความสุขสำราญและการปรนเปรอ มีความเป็นอยู่สม่ำเสมอหรืออยู่อย่างง่ายๆ สามัญ มุ่งมั่นแต่จะบำเพ็ญเพียรทำกิจในหน้าที่ให้บริบูรณ์

๗. *อักโกธะ* **ถือเหตุผลไม่โกรธา** คือ ไม่เกรี้ยวกราด ไม่วินิจฉัยความและกระทำการด้วยอำนาจความโกรธ มีเมตตาประจำใจไว้ระงับความเคืองขุ่น วินิจฉัยความและกระทำการด้วยจิตอันสุขุมราบเรียบตามธรรม

๘. *อวิหิงสา* **มีอหิงสานำร่มเย็น** คือ ไม่หลงระเริงอำนาจ ไม่บีบคั้นกดขี่ มีความกรุณา ไม่หาเหตุเบียดเบียนลงโทษอาชญาแก่ประชาราษฎร์ผู้ใดด้วยอาศัยความอาฆาตเกลียดชัง

๙. *ขันติ* **ชำนะเข็ญด้วยขันติ** คือ อดทนต่องานที่ตรากตรำ อดทนต่อความเหนื่อยยาก ถึงจะลำบากกายน่าเหนื่อยหน่ายเพียงไร ก็ไม่ท้อถอย ถึงจะถูกยั่วถูกหยันด้วยถ้อยคำเสียดสีถากถางอย่างใด ก็ไม่หมดกำลังใจ ไม่ยอมละทิ้งกิจกรณีย์ที่บำเพ็ญโดยชอบธรรม

๑๐. *อวิโรธนะ* **มิปฏิบัติคลาดจากธรรม** คือ ประพฤติมิให้ผิดจากประศาสนธรรม อันถือประโยชน์สุขความดีงามของรัฐและราษฎร์เป็นที่ตั้ง อันใดประชาราษฎร์ปรารถนาโดยชอบธรรม ก็ไม่ขัดขืน การใดจะเป็นไปโดยชอบธรรม เพื่อประโยชน์สุขของประชาชน ก็ไม่ขัดขวาง วางองค์เป็นหลักหนักแน่นในธรรมคงที่ ไม่มีความเอนเอียงหวั่นไหว เพราะถ้อยคำดีร้ายลาภสักการะหรืออิฏฐารมณ์อนิฏฐารมณ์ใดๆ สถิตมั่นในธรรม ทั้งส่วนยุติธรรม คือ ความเที่ยงธรรม ก็ดี นิติธรรม คือ ระเบียบแบบแผนหลักการปกครองตลอดจนขนบธรรมเนียมประเพณีอันดีงาม ก็ดี ไม่ประพฤติให้เคลื่อนคลาดวิบัติไป

(ขุ.ชา. ๒๘/๒๔๐/๘๖)

6. Tapa, **Verbrennen der Herzenstrübungen**: Er brennt Herzenstrübungen und Begehrlichkeiten aus und lässt nicht zu, dass sie den Geist besetzen. Er kann sich zurückhalten und hat sein Herz unter Kontrolle. Er verliert sich nicht in Sinnesvergnügen und Sinnesbefriedigung. Er lebt ohne Exzesse, schlicht und normal. Er ist nur darauf aus, seine Pflichten und Aufgaben zu erfüllen.

7. Akkodha, **sich an Vernunft halten, nicht an Zorn**: Er ist nicht aufbrausend, urteilt und handelt nicht unter dem Einfluss von Zorn. Er hat eine wohlmeinende Grundeinstellung und besänftigt Ärger. Er urteilt und handelt gerecht, mit tiefgründigem Geist.

8. Avihiṁsā, **mit Gewaltlosigkeit Ruhe und Frieden stiften**: Er berauscht sich nicht an seiner Macht, wendet nicht Zwang und Drohung an. Er besitzt Mitgefühl, sucht nicht nach Vorwänden, um irgendeinen Bürger zu unterdrücken oder zu bestrafen, aus Rache oder Hass.

9. Khanti, **mit Geduld Missstände überwinden**: Er erträgt harte Arbeit und Anstrengung, sogar bei körperlicher Erschöpfung, ohne den Mut zu verlieren. Selbst wenn er mit verletzenden oder hämischen Worten provoziert wird, verlässt ihn die innere Stärke nicht. Er ist nicht bereit, seine gerecht durchgeführten Aufgaben zu vernachlässigen.

10. Avirodhana, **nicht von Gerechtigkeit abweichen**: Er verstößt nicht gegen die Prinzipien öffentlicher Verwaltung, die auf Wohlergehen, Glück und Harmonie im Staat und unter den Bürgern beruhen. Rechtschaffene Bedürfnisse der Bevölkerung weist er nicht zurück, rechtschaffenen Projekten zum Wohle des Volkes steht er nicht im Weg. Er macht sich zum festen Pfeiler der Gerechtigkeit, frei von Voreingenommenheit und Schwanken aufgrund von Lob und Tadel, Zugewinn und Ehre oder erwünschten und unerwünschten Umständen. Er ist fest in Gerechtigkeit verankert – ob in Angelegenheiten der Rechtsprechung, also im Grundsatz der Unparteilichkeit, oder in Angelegenheiten der Rechtsanwendung, also bei den Vorgehensweisen und Durchführungsplänen in Regierung und Verwaltung, bis hin zu guten Sitten und Gebräuchen – er weicht nicht davon ab und korrumpiert sie nicht.

(J 534 <J.V.378>)

ข. บำเพ็ญกรณีย์ของจักรพรรดิ *คือ ปฏิบัติหน้าที่ของนักปกครองผู้ยิ่งใหญ่ที่เรียกว่า* **จักรวรรดิวัตร** *(ธรรมเนียมหรือหน้าที่ประจำของจักรพรรดิ) ๕ ประการ* คือ*

๑. *ธรรมาธิปไตย* **ถือธรรมเป็นใหญ่** คือ ยึดถือความจริง ความถูกต้อง ความดีงาม เหตุผล หลักการ กฎกติกาที่ชอบธรรม เป็นบรรทัดฐาน เคารพธรรม เชิดชูธรรม นิยมธรรม ตั้งตนอยู่ในธรรม ประพฤติธรรมด้วยตนเอง

๒. *ธรรมิการักขา* **ให้ความคุ้มครองโดยธรรม** คือ จัดอำนวยการรักษาคุ้มครองป้องกันอันชอบธรรม แก่ชนทุกหมู่เหล่าในแผ่นดิน คือ คนภายใน** ข้าราชการฝ่ายทหาร ข้าราชการฝ่ายปกครอง ข้าราชการพลเรือน นักวิชาการ และคนต่างอาชีพ เช่นพ่อค้าและเกษตรกร ชาวนิคมชนบทและชนชายแดน พระสงฆ์และบรรพชิตผู้ทรงศีลทรงคุณธรรม ตลอดจนสัตว์เท้า สัตว์ปีก อันควรสงวนพันธุ์ทั้งหลาย

๓. *มา อธรรมการ* **ห้ามกั้นการอาธรรม์** คือ จัดการป้องกันแก้ไข มิให้การกระทำที่ไม่เป็นธรรม การเบียดเบียนข่มเหง และความผิดความชั่วร้ายเดือดร้อน เกิดมีขึ้นในบ้านเมือง ชักนำประชาชนให้ตั้งมั่นในสุจริตและนิยมธรรม รวมทั้งจัดวางระบบที่กันคนร้าย ให้โอกาสคนดี

๔. *ธนานุประทาน* **ปันทรัพย์แก่ชนผู้ยากไร้** มิให้มีคนขัดสนยากไร้ในแผ่นดิน เช่น จัดให้ราษฎรทั้งปวงมีทางหาเลี้ยงชีพ ทำมาหากินได้โดยสุจริต

๕. *ปริปุจฉา* **ไม่ขาดการสอบถามปรึกษา** แสวงปัญญาและความดีงามยิ่งขึ้นไป โดยมีที่ปรึกษาที่ทรงวิชาการทรงคุณธรรม ผู้ประพฤติดีประพฤติชอบ ผู้ไม่ประมาทมัวเมา ที่จะช่วยให้เจริญปัญญาและกุศลธรรม

---

* ดู บันทึกท้ายเล่ม ข้อ ๓ หน้า ๘๒

** หมายถึง พระมเหสี โอรส ธิดา ข้าราชการในพระองค์ หรือคนในครอบครัวและในปกครองส่วนตัวซึ่งพึงคุ้มครอง โดยให้การบำรุงเลี้ยงอบรมสั่งสอน เป็นต้น ให้อยู่สุขสงบและเคารพนับถือกัน

B. Er lebt nach der Sitte eines Universalherrschers, das heißt, er kommt den Aufgaben oder Pflichten eines wahrhaft großen Herrschers nach, die als die fünf *cakkavattivatta** bezeichnet werden:

1. Dhammādhipateyya, **Dhamma als oberste Instanz betrachten**: Er betrachtet Prinzipien der Wahrheit, Rechtschaffenheit, Achtbarkeit und Vernunft als oberste Instanz. Rechtschaffene Gesetze und Regeln sind seine Messlatte. Er respektiert Rechtschaffenheit, hält sie hoch und bevorzugt sie, ist in Rechtschaffenheit verankert und verhält sich entsprechend.

2. Dhammikārakkhā, **für rechtschaffenen Schutz sorgen**: Er sorgt auf rechtschaffene Weise für Hilfe, Wohlfahrt und Schutz für Menschen aus jeder Bevölkerungsgruppe – für Menschen aus dem inneren Zirkel**, Bedienstete in der Armee, der Regierung und Verwaltung, Gelehrte und Menschen verschiedenster Berufe, zum Beispiel Händler und Bauern, Menschen aus Stadt und Land und aus den Grenzgebieten, für Mönche und andere Ordinierte, die Ethik und geistliche Werte verkörpern, bis hin zu schutzbedürftigen Tieren, Vierbeinern wie Vögeln.

3. Mā adhammakāra, **unrechtmäßige Handlungen verbieten**: Er organisiert Vorsorge und Fürsorge. Er lässt nicht zu, dass unrechtmäßige Handlungen, Ausbeutung, Unterdrückung, Bosheit und Grausamkeit in Stadt und Land entstehen. Er leitet die Bevölkerung an, sich in gutem Verhalten und ethischen Werten zu etablieren. Zugleich organisiert er Maßnahmen, die Verbrechern Einhalt gebieten und gute Menschen fördern.

4. Dhanānupadāna, **den Bedürftigen Mittel bereitstellen**: Er lässt nicht zu, dass es Arme und Bedürftige im Land gibt. Zum Beispiel sorgt er dafür, dass alle Bürger eine Möglichkeit haben, ihren Lebensunterhalt auf ehrliche Weise zu bestreiten.

5. Paripucchā, **Beratung nicht vernachlässigen**: Er trachtet nach immer mehr Weisheit, guten und achtbaren Eigenschaften, indem er sich auf Ratgeber stützt, die Gelehrsamkeit und Tugend besitzen, Menschen, die sich gut und richtig verhalten, nicht nachlässig sind, um ihn im Wachstum von Weisheit und anderen heilsamen Qualitäten zu fördern.

---

* Siehe Endnote 3, Seite 82.

** Das bezieht sich auf die Königin, Prinzen und Prinzessinnen, persönliche Bedienstete und Personen in der Familie und unter seiner persönlichen Obhut, denen Förderung, Erziehung und Bildung usw. gewährt wird, für beiderseitiges Wohl und gegenseitigen Respekt.

หมั่นพบปะพระสงฆ์และนักปราชญ์ ไถ่ถามหาความรู้หาความดีงามหาความจริง และถกข้อปัญหาต่างๆ อยู่โดยสม่ำเสมอตามกาลอันควร เพื่อซักซ้อมตรวจสอบตนให้เจริญก้าวหน้า และดำเนินกิจการในทางที่ถูกต้องชอบธรรม ดีงาม และเป็นไปเพื่อประโยชน์สุขอย่างแท้จริง

(ที.ปา. ๑๑/๓๕/๖๕)

ค. ประกอบราชสังคหะ *คือ ทำนุบำรุงทวยราษฎร์ ให้ประชาชาติดำรงอยู่ในเอกภาพและสามัคคี ด้วยหลักธรรมที่เรียกว่า* **ราชสังคหวัตถุ** *(หลักการสงเคราะห์ประชาชนของพระราชา) ๔ ประการ คือ*

๑. *สัสสเมธะ* **ฉลาดบำรุงธัญญาหาร** คือ ปรีชาสามารถในนโยบายที่จะบำรุงพืชพันธุ์ธัญญาหาร ส่งเสริมการเกษตรให้อุดมสมบูรณ์

๒. *ปุริสเมธะ* **ฉลาดบำรุงข้าราชการ** คือ ปรีชาสามารถในนโยบายที่จะบำรุงข้าราชการ ด้วยการส่งเสริมคนดีมีความสามารถ และจัดสวัสดิการให้ดี เป็นต้น

๓. *สัมมาปาสะ* **ผูกประสานปวงประชา** คือ ผดุงผสานประชาชนไว้ด้วยนโยบายส่งเสริมอาชีพ เช่น จัดทุนให้คนยากจนยืมไปสร้างตนในพาณิชยกรรม หรือดำเนินกิจการต่างๆ ไม่ให้ฐานะเหลื่อมล้ำห่างเหินจนแตกแยกกัน

๔. *วาชไปยะ* **มีวาทะดูดดื่มใจ** คือ รู้จักพูด รู้จักชี้แจงแนะนำ รู้จักทักทาย ไถ่ถามทุกข์สุขราษฎรทุกชั้น แม้ปราศรัยก็ไพเราะน่าฟัง ทั้งประกอบด้วยเหตุผล เป็นหลักฐาน มีประโยชน์ เป็นทางแห่งการสร้างสรรค์แก้ไขปัญหา เสริมความสามัคคี ทำให้เกิดความเข้าใจดี ความเชื่อถือ และความนิยมนับถือ

(สำ.ส. ๑๕/๓๕๑/๑๑๐)

Er besucht Mönche und Weise, stellt Fragen, sucht Wissen, Tugend und Wahrheit. Er erörtert diverse Probleme mit ihnen, regelmäßig und bei passender Gelegenheit, zur Selbstprüfung und Weiterentwicklung. Dann erfüllt er seine Aufgaben korrekt und rechtschaffen, fruchtbar und achtbar, um wahres Wohl zu bewirken.

(D 26 <D.III.61>)

C. Er sorgt für königliche Hilfe, das heißt, er fördert die Massen, sorgt dafür, dass die Bevölkerung in Einheit und Eintracht lebt, nach den vier Prinzipien königlicher Hilfe für die Bevölkerung (*rājasaṅgahavatthu*).

1. Sassamedha, **kluge Förderung der Landwirtschaft**: Er ist klug und fähig in der Politik zur Unterstützung der Landwirtschaft; er fördert ertragreiche Anbaumethoden.

2. Purisamedha, **kluge Förderung des Staatsdienstes**: Er ist klug und fähig in der Politik zur Unterstützung des Staatsdienstes, indem er ehrliche, fähige Menschen fördert und z.B. gute soziale Absicherung einrichtet.

3. Sammāpāsa, **die Menschen miteinander verbinden**: Er unterstützt die Bevölkerung durch eine Politik zur beruflichen Förderung, z.B. mit Darlehen für Bedürftige zur Existenzgründung oder für verschiedene Projekte. Er lässt nicht zu, dass der wirtschaftliche Status der Menschen so weit auseinander klafft, dass es zu gesellschaftlicher Spaltung kommt.

4. Vājapeyya, **mit der Rede die Menschen anziehen**: Er weiß, wie man spricht, erklärt, berät. Er erkundigt sich nach Wohl und Wehe der Menschen aller Schichten. Selbst seine Verlautbarungen sind angenehm zu hören; zugleich vernünftig, begründet und nützlich. Sie dienen der konstruktiven Arbeit und Problemlösung, betonen Eintracht, gegenseitiges Verständnis, Vertrauen und Respekt

(S 3.9 <S.I.76>)

ง. ละเว้นอคติ นักปกครอง เมื่อปฏิบัติหน้าที่ พึงเว้นความลำเอียง หรือความประพฤติที่คลาดเคลื่อนจากธรรม ๔ ประการ

๑. *ฉันทาคติ* ลำเอียงเพราะชอบ

๒. *โทสาคติ* ลำเอียงเพราะชัง

๓. *โมหาคติ* ลำเอียงเพราะหลงหรือเขลา

๔. *ภยาคติ* ลำเอียงเพราะขลาดกลัว

(ที.ปา. ๑๑/๑๗๖/๑๙๖)

D. Er vermeidet Befangenheit. Ein Mensch in der Regierung oder Verwaltung sollte bei der Ausübung seines Amtes die vier Arten von Voreingenommenheit (*agati*) oder das Abweichen von Rechtschaffenheit ausschließen.

1. *Chandāgati,* Befangenheit aufgrund von Wollen/Mögen
2. *Dosāgati,* Befangenheit aufgrund von Hass/Abneigung
3. *Mohāgati,* Befangenheit aufgrund von Verblendung oder Dummheit
4. *Bhayāgati,* Befangenheit aufgrund von Befürchtungen/Angst

(D 30, 31 <D.III.182, 288>)

หมวดสอง

คนกับชีวิต

❋

๘. คนมีชีวิตอยู่อย่างมั่นใจ

(ชีวิตที่เลิศล้ำสมบูรณ์)

คนที่มีความมั่นใจในชีวิตของตน จนไม่หวาดหวั่นพรั่นพรึงแม้ต่อความตาย ก็เพราะได้ดำเนินชีวิตของตนอยู่อย่างดีที่สุด และได้ใช้ชีวิตนั้นให้เกิดคุณประโยชน์คุ้มค่ากับการที่ได้เกิดมาแล้วชาตินึ่ง เรียกได้ว่าเป็นอยู่อย่างผู้มีชัย ประสบความสำเร็จในการดำเนินชีวิต คนเช่นนั้นคือผู้ที่ได้เข้าถึงจุดหมายแห่งการมีชีวิต และดำเนินชีวิตของตนตามหลักการต่อไปนี้

ก. นำชีวิตสู่จุดหมาย *คือ ดำเนินชีวิตให้บรรลุประโยชน์ที่เป็นจุดหมายของการมีชีวิต ที่เรียกว่า* **อัตถะ** *หรือ* **อรรถ ๓** *คือ*

๑. ทิฏฐธัมมิกัตถะ **จุดหมายขั้นตาเห็น** หรือ **ประโยชน์ปัจจุบัน** ที่สำคัญ คือ

ก) มีสุขภาพดี ร่างกายแข็งแรง ไร้โรค งามสง่า อายุยืนยาว

ข) มีเงินมีงาน มีทรัพย์จากอาชีพสุจริต พึ่งตนได้ทางเศรษฐกิจ

ค) มีสถานภาพดี ทรงยศ เกียรติ ไมตรี เป็นที่ยอมรับในสังคม

ง) มีครอบครัวผาสุก ทำวงศ์ตระกูลให้เป็นที่นับถือ

ทั้งหมดนี้ พึงให้เกิดมีโดยธรรม และใช้หรือปฏิบัติให้เกิดประโยชน์สุขโดยชอบ ทั้งแก่ตนและผู้อื่น

๒. สัมปรายิกัตถะ **จุดหมายขั้นเลยตาเห็น** หรือ **ประโยชน์เบื้องหน้า** ที่เป็นคุณค่าของชีวิต ซึ่งให้เกิดความสุขล้ำลึกภายใน โดยเฉพาะ

Abschnitt Zwei

Mensch und Leben

8. Der Zuversichtliche
(ein vollkommenes, erfülltes Leben)

Einen Menschen, der Zuversicht im Leben besitzt, so dass er sogar angesichts des Todes nicht verzagt, weil er sein Leben auf bestmögliche Weise geführt hat, weil er sein Leben genutzt und das Beste aus seiner [menschlichen] Geburt gemacht hat, den kann man als Sieger bezeichnen. Er lenkt sein Leben erfolgreich. So ein Mensch erreicht die Lebensziele und verhält sich nach folgenden Prinzipien:

A. Er lenkt sein Leben zum Ziel, das heißt, er richtet sein Leben auf die Verwirklichung des Guten aus, das den Sinn des Lebens ausmacht, die Lebensziele, die man als die drei Arten von Zielen (*attha)* bezeichnet:

1. diṭṭhadhammikattha – **Ziele, die vor Augen liegen** oder **gegenwärtiger Nutzen**, davon sind die wichtigsten:

a) Gute Gesundheit, körperliche Fitness, Freisein von Krankheit, gute Ausstrahlung, langes Leben.

b) Arbeit und Einkommen, ehrlicher Lebenserwerb, wirtschaftliche Unabhängigkeit.

c) Gute Lebensumstände; guten Ruf besitzen, Freundschaft, in der Gesellschaft akzeptiert werden.

d) Eine glückliche Familie; dafür sorgen, dass die Familie Respekt verdient.

Alle vier Ziele sollten auf rechtschaffene Weise zustande kommen und zum eigenen Nutzen wie auch zum Nutzen anderer eingesetzt werden.

2. samparāyikattha – **Ziele, die über das vor Augen liegende hinausgehen**, oder **künftiger Nutzen**, die den Wert des Lebens ausmachen, weil sie zu tiefem inneren Wohl führen, insbesondere:

ก) ความอบอุ่นซาบซึ้งสุขใจ ด้วยศรัทธา มีหลักใจ

ข) ความภูมิใจ ในชีวิตสะอาด ที่ได้ประพฤติแต่การดีงามสุจริต

ค) ความอิ่มใจ ในชีวิตมีคุณค่า ที่ได้เสียสละบำเพ็ญประโยชน์

ง) ความแกล้วกล้ามั่นใจ ด้วยมีปัญญาที่จะแก้ปัญหานำพาชีวิตไป

จ) ความโปร่งโล่งมั่นใจ ว่าได้ทำกรรมดี มีหลักประกันวิถีสู่ภพใหม่

๓. *ปรมัตถะ* **จุดหมายสูงสุด** หรือ **ประโยชน์อย่างยิ่ง** คือ การมีปัญญารู้เท่าทันความจริง เข้าถึงธรรมชาติของโลกและชีวิต อันทำให้จิตใจเป็นอิสระ

ก) ไม่หวั่นไหวหรือถูกครอบงำด้วยความผันผวนปรวนแปรต่างๆ

ข) ไม่ผิดหวังโศกเศร้าบีบคั้นจิตเพราะความยึดติดถือมั่นในสิ่งใด

ค) ปลอดโปร่ง สงบ ผ่องใส สดชื่น เบิกบานใจตลอดเวลา

ง) เป็นอยู่และทำการด้วยปัญญาซึ่งมองที่เหตุปัจจัย

อัตถะ *๓ ขั้นนี้ จัดแบ่งใหม่เป็น ๓ ด้านดังนี้*

๑. *อัตตัตถะ* **จุดหมายเพื่อตน** หรือ **ประโยชน์ตน** คือ ประโยชน์ ๓ ขั้นข้างต้น ซึ่งพึงทำให้เกิดขึ้นแก่ตนเอง หรือพัฒนาชีวิตของตนให้ลุถึง

๒. *ปรัตถะ* **จุดหมายเพื่อผู้อื่น** หรือ **ประโยชน์ผู้อื่น** คือ ประโยชน์ ๓ ขั้นข้างต้น ซึ่งพึงช่วยเหลือให้ผู้อื่นหรือเพื่อนมนุษย์ได้บรรลุถึง ด้วยการชักนำสนับสนุนให้เขาพัฒนาชีวิตของเขาเองขึ้นไปจนเข้าถึงตามลำดับ

๓. *อุภยัตถะ* **จุดหมายร่วมกัน** หรือ **ประโยชน์ทั้งสองฝ่าย** คือ ประโยชน์สุขและความดีงามร่วมกันของชุมชนหรือสังคม รวมทั้งภาวะและปัจจัยแวดล้อมต่างๆ ทั้งทางวัตถุ เช่น ป่า แม่น้ำ ถนนหนทาง และทางนามธรรม เช่น ศีลธรรม วัฒนธรรม ซึ่งพึงช่วยกันสร้างสรรค์บำรุงรักษาเพื่อเกื้อหนุนให้ทั้งตนและผู้อื่นก้าวไปสู่จุดหมาย ๓ ขั้นข้างต้น อย่างน้อยไม่ให้การแสวงประโยชน์ตนส่งผลกระทบเสียหายต่อประโยชน์สุขของส่วนรวม ดังตัวอย่าง พระภิกษุเมื่อปฏิบัติตามพระวินัย ย่อมช่วยรักษาสามัคคีแห่ง

a) Wärme, Innigkeit, Wohl durch Vertrauen; Ideale als Halt haben.

b) Selbstwertgefühl durch ein sauberes Leben, weil man nur fruchtbar und achtbar handelt; guter Charakter.

c) Zufriedenheit mit einem Leben von Wert; loslassen, Gutes tun.

d) Mut und Zuversicht durch Weisheit, die Probleme löst und das Leben lenkt.

e) Selbstsicherheit und Zuversicht: "Gute Werke sind verrichtet, es gibt eine Absicherung für das nächste Leben."

3. paramattha – **die höchsten Ziele** oder der **größte Nutzen** ist der Besitz von Weisheit, die wirklichkeitsgemäß erkennt, zur wahren Natur von Welt und Leben vordringt und das Herz so befreit:

a) Unbillen und Wechsel überwältigen und erschüttern einen nicht.

b) Kein Anhaften, daher keine Enttäuschung, Beengung, Trauer.

c) Stets ein stilles, klares, inspiriertes, frohes Herz haben.

d) Leben und Wirken mit Weisheit, die Ursachen & Bedingungen im Blick behält.

Diese drei Stufen von *attha* erstrecken sich auf drei Anwendungsgebiete:

1. *Attattha* – **Ziele für einen selbst** oder **eigener Nutzen**; die oben erklärten drei Stufen des Nutzens sollten für einen selbst hervorgebracht werden, bzw. das eigene Leben sollte so entwickelt werden, dass sie verwirklicht werden.

2. *Parattha* – **Ziele für andere** oder **Nutzen anderer**; die oben erklärten drei Stufen des Nutzens sollten dazu beitragen, dass andere Mitmenschen sie verwirklichen können, indem sie dazu bewegt und darin bestärkt werden, ihr Leben stufenweise nach oben zu entwickeln.

3. *Ubhayattha* – **gemeinsame Ziele** oder **beiderseitiger Nutzen**; den vereinten Nutzen von Wohlergehen und Tugend in der Gemeinschaft oder Gesellschaft, einschließlich der Umweltbedingungen, sowohl materieller Art, wie Wälder, Flüsse, Straßen, wie auch geistiger Werte, wie Ethik und Kultur – sie sollte man gemeinsam entfalten, erhalten und bewahren, als Stütze für einen selbst und andere auf dem Weg in Richtung der Ziele auf den oben

สงฆ์ อันเป็นบรรยากาศที่เกื้อหนุนให้ภิกษุที่อยู่ร่วมกันทุกรูปอยู่ผาสุก และเจริญงอกงามในการปฏิบัติ จนอาจลุถึงปรมัตถ์ คือประโยชน์สูงสุด

(ขุ.จู. ๓๐/๗๕๕/๓๘๙)

ข. ภายในทรงพลัง *คือ มีกำลังที่เกิดจากคุณธรรมความประพฤติปฏิบัติที่เป็นหลักประกันของชีวิต ซึ่งทำให้เกิดความมั่นใจในตนเองจนไม่มีความหวาดหวั่นกลัวภัย เรียกว่า* **พละ** *(ธรรมอันเป็นกำลัง) มี ๔ ประการ กล่าวคือ*

๑. *ปัญญาพละ* **กำลังปัญญา** คือ ได้ศึกษา มีความรู้ความเข้าใจถูกต้องชัดเจน ในเรื่องราวและกิจการที่ตนเกี่ยวข้อง ตลอดไปถึงสภาวะอันเป็นธรรมดาของโลกและชีวิต เป็นผู้กระทำการต่างๆ ด้วยความเข้าใจเหตุผล และสภาพความจริง

๒. *วิริยพละ* **กำลังความเพียร** คือ เป็นผู้ประกอบกิจทำหน้าที่การงานต่างๆ อยู่ตลอดเวลา ด้วยความบากบั่นพยายาม ไม่ได้ทอดทิ้งหรือย่อหย่อนท้อถอย

๓. *อนวัชชพละ** **กำลังสุจริต** หรือกำลังความบริสุทธิ์ คือมีความประพฤติและหน้าที่การงาน สุจริตไร้โทษ สะอาดบริสุทธิ์ ไม่มีข้อที่ใครจะติเตียนได้

๔. *สังคหพละ* **กำลังการสงเคราะห์** คือ ได้ช่วยเหลือเกื้อกูล ทำตนให้เป็นประโยชน์แก่เพื่อนมนุษย์ เป็นสมาชิกที่มีคุณประโยชน์ของชุมชน

ตัวอย่างเช่น เป็นข้าราชการ พึงจำสั้นๆ ว่า รู้งานดี ทำหน้าที่ไม่บกพร่อง มือสะอาด ไม่ขาดมนุษยสัมพันธ์

(องฺ.นวก. ๒๓/๒๐๙/๓๗๖)

---

* แปลตามศัพท์ว่า "กำลังการกระทำที่ปราศจากโทษ"

erklärten drei Stufen. Zumindest sollte das Streben nach eigenem Vorteil nicht das Allgemeinwohl beeinträchtigen, nach dem Vorbild von Mönchen, wenn sie ihre Ordensdisziplin einhalten und damit die Eintracht im Orden wahren, für eine förderliche Atmosphäre allgemeinen Wohlbefindens, die der Praxis dient, hin zum höchsten Ziel, zum höchsten Wohl.

(Nd² §27 <Nd².26>)

B. Er besitzt innere Stärke. Er bezieht Kraft aus der Qualität seiner Praxis, die eine Lebensversicherung ist und Selbstvertrauen weckt, so dass er kein Unheil fürchtet. Diese Qualität wird als die vier Kräfte (*bala*) bezeichnet:

1. Paññābala, **die Kraft der Weisheit**: Er hat sich gebildet, besitzt klares, richtiges Wissen und Verständnis im Allgemeinen und bei den Aufgaben, die ihn betreffen, bis hin zur wahren Natur der Welt und des Lebens. Er erledigt seine Arbeiten mit einem Verständnis für ihre Gründe und wirkliche Beschaffenheit.

2. Viriyabala, **Tatkraft**: Er erledigt seine Pflichten, Aufgaben und Arbeiten mit stetigem unermüdlichem Bemühen, ohne aufzugeben oder nachzulassen, ohne den Mut zu verlieren.

*3. Anavajjabala,** **die Kraft der Integrität** oder die Kraft der Unbescholtenheit: Sein Verhalten und seine Arbeit sind ehrlich und tadelsfrei, sauber und lauter; da gibt es nichts, was jemand kritisieren oder bemängeln könnte.

4. Saṅgahabala, **die Kraft des Helfens**: Er hilft und unterstützt andere, macht sich gegenüber seinen Mitmenschen nützlich, ist ein wertvolles Mitglied seiner Gemeinschaft.

In diesem Sinne vier kurze Merksätze für Staatsbeamte:

Walte Kenntnis in der Arbeit! Tu mit Sorgfalt deine Pflicht!

Halte deine Weste sauber! Kapp den Draht zum Menschen nicht!

(A 9.5 <A.IV.363>)

* wörtlich: „Kraft der Tadelsfreiheit“

ค. ตั้งตนบนฐานที่มั่น *ซึ่งใช้เป็นที่ยึดหยัดให้สามารถยึดเอาผลสำเร็จสูงสุดอันเป็นที่หมายได้ โดยไม่เกิดความสำคัญตนผิด ไม่เปิดช่องแก่ความผิดพลาดเสียหาย และไม่เกิดสิ่งมัวหมองหมักหมมทับถมตน ด้วยการปฏิบัติตามหลักธรรมที่เรียกว่า* **อธิษฐาน** *(ธรรมเป็นที่มั่น) ๔ ประการ คือ*

๑. ปัญญา **ใช้ปัญญา** คือ ดำเนินชีวิตด้วยปัญญา ทำกิจการต่างๆ ด้วยความคิด เมื่อประสบเหตุใดๆ ก็ไม่วู่วามตามอารมณ์หรือหลงไปตามสิ่งที่เย้ายวน ศึกษาสิ่งต่างๆ ให้มีความรู้ชัด หยั่งเห็นเหตุผล เข้าใจภาวะของสิ่งทั้งหลายจนเข้าถึงความจริง

๒. สัจจะ **รักษาสัจจะ** คือ สงวนรักษาดำรงตนมั่นในความจริงที่รู้ชัดเห็นชัดด้วยปัญญา เริ่มแต่จริงวาจา จริงในหลักการ จริงในการปฏิบัติ จนถึงจริงปรมัตถ์

๓. จาคะ **เพิ่มพูนจาคะ** คือ คอยเสริมหรือทวีความเสียสละ ให้เข้มแข็งมีกำลังแรงยิ่งขึ้นอยู่เสมอ เพื่อป้องกันหรือทัดทานตนไว้มิให้ตกไปเป็นทาสของลาภสักการะและผลสำเร็จเป็นต้นที่ตนได้สร้างขึ้น อันคอยล่อเร้าเย้ายวน ให้เกิดความยึดติด ลำพอง และลุ่มหลงมัวเมา สิ่งใดเคยชินเป็นนิสัย หรือเคยยึดถือไว้ แต่ผิดพลาด ไม่จริง ไม่ถูกต้อง ก็สามารถละได้ทั้งหมดเริ่มแต่สละอามิสจนถึงสละกิเลส

๔. อุปสมะ **รู้จักสงบใจ** คือรู้จักหาความสุขสงบทางจิตใจ ฝึกตน ให้สามารถระงับความมัวหมองดับความขัดข้องวุ่นวายอันเกิดจากกิเลสได้ ทำจิตใจให้สงบผ่องใสรู้จักรสแห่งสันติ คนที่รู้จักรสแห่งความสุขอันเกิดจากความสงบใจแล้ว ย่อมจะไม่หลงใหลมัวเมาในวัตถุ หรือลาภ ยศ สรรเสริญ เป็นต้น โดยง่าย

(ม.อุ. ๑๔/๖๘๒/๔๓๗)

C. Er steht auf einer festen Grundlage, von der aus er die höchsten Erfolge, auf die er es abgesehen hatte, ergreifen kann, ohne sich etwas darauf einzubilden. Er lässt Fehltritten und Niedergang keine Chance und lässt nicht zu, dass sich Trübungen anhäufen. Das gelingt ihm durch ein Vorgehen nach Prinzipien, die als die vier Orte innerer Festigkeit (*adiṭṭhāna*) bezeichnet werden:

1. Paññā, **Weisheit einsetzen:** Er lebt sein Leben mit Weisheit, handelt mit Bedacht. Egal bei welchem Anlass, lässt er sich nicht von Emotionen hinreißen und unterliegt keinen Verlockungen. Er studiert die Dinge, um sie klar zu erkennen und ihre Hintergründe auszuloten. Er versteht die Natur der Dinge und dringt schließlich zur Wahrheit vor.

2. *Sacca,* **Wahrheit aufrecht erhalten:** Er hält die Wahrheit aufrecht, bewahrt sie und verankert sich fest in der Wahrheit, die er mit Weisheit klar gesehen und erkannt hat Das fängt an bei Wahrhaftigkeit in der Rede, in den Verhaltensstandards, in der Praxis und reicht bis zum Ankommen bei der höchsten Wahrheit.

3. *Cāga,* **Verzicht pflegen:** Er steigert allmählich die Fähigkeit loszulassen, vermehrt und stärkt sie fortlaufend, um sich davor zu schützen und sich davon abzuhalten, Sklave von Zugewinn, Ruhm, Erfolg und so weiter zu werden, die auf ihn lauern, um ihn zu Anhaftung, Übermut und Verblendung zu verleiten. Angewohnheiten, die zu seinem Charakter gehören, an die er sich klammert, die aber Fehler sind, Falschheiten und nicht korrekt, die kann er alle überwinden, vom Loslassen materieller Dinge bis zum Loslassen der Herzenstrübungen.

4. Upasama, **Herzensfrieden kennenlernen:** Er weiß, wie man das Glück des inneren Friedens findet. Er übt sich darin, um Trübsinn, Abneigung und Verwirrung auslöschen zu können, die von den Herzenstrübungen herrühren. Er macht das Herz still und klar, so dass es den Geschmack des Friedens kennenlernt. Wer den Geschmack des Glücks bereits kennt, das aus dem Herzensfrieden entsteht, der lässt sich von materiellen Dingen, Zugewinn, Ruhm, Lob und so weiter natürlich nicht mehr so leicht in die Irre führen.

(M 140 <M.III.243>)

๙. คนประสบความสำเร็จ

(ชีวิตที่ก้าวหน้าและสำเร็จ)

ผู้ที่ต้องการดำเนินชีวิตให้เจริญก้าวหน้าประสบความสำเร็จ ไม่ว่าจะในด้านการศึกษา หรืออาชีพการงานก็ตาม พึงปฏิบัติตามหลักต่อไปนี้

ก. หลักความเจริญ *ปฏิบัติตามหลักธรรม ที่จะนำชีวิตไปสู่ความเจริญรุ่งเรือง ที่เรียกว่า* **จักร** *(ธรรมประดุจล้อทั้งสี่ที่นำรถไปสู่จุดหมาย) ซึ่งมี ๔ ข้อ คือ*

๑. *ปฏิรูปเทสวาสะ* **เลือกอยู่ถิ่นที่เหมาะ** คือ เลือกหาถิ่นที่อยู่ หรือแหล่งเล่าเรียนดำเนินชีวิตที่ดี ซึ่งมีบุคคลและสิ่งแวดล้อมที่อำนวยแก่การศึกษาพัฒนาชีวิต การแสวงธรรมหาความรู้ การสร้างสรรค์ความดีงาม และความเจริญก้าวหน้า

๒. *สัปปุริสูปัสสยะ* **เสาะเสวนาคนดี** คือ รู้จักเสวนาคบหา หรือร่วมหมู่กับบุคคลผู้รู้ ผู้ทรงคุณ และผู้ที่จะเกื้อกูลแก่การแสวงธรรมหาความรู้ ความก้าวหน้างอกงาม และความเจริญโดยธรรม

๓. *อัตตสัมมาปณิธิ* **ตั้งตนไว้ถูกวิถี** คือ ดำรงตนมั่นอยู่ในธรรมและทางดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง ตั้งเป้าหมายชีวิตและการงานให้ดีงามแน่ชัด และนำตนไปถูกทางสู่จุดหมาย แน่วแน่ มั่นคง ไม่พร่าส่าย ไม่ไถลเซือนแซ

๔. *ปุพเพกตปุญญตา* **มีทุนดีได้เตรียมไว้** ทุนดีส่วนหนึ่ง คือ ความมีสติปัญญา ความถนัด และร่างกายดี เป็นต้น ที่เป็นพื้นมาแต่เดิม และอีกส่วนหนึ่ง คือ อาศัยพื้นเดิมเท่าที่ตัวมีอยู่ รู้จักแก้ไขปรับปรุงตน ศึกษาหาความรู้ สร้างเสริมคุณสมบัติ ความดีงาม ฝึกฝนความชำนิชำนาญเตรียมไว้ก่อนแต่ต้น ซึ่งเมื่อมีเหตุต้องใช้ก็จะเป็นผู้พร้อมที่จะต้อนรับความสำเร็จ สามารถสร้างสรรค์ ประโยชน์สุข และก้าวสู่ความเจริญยิ่งๆ ขึ้นไป

(องฺ.จตุกฺก. ๒๑/๓๑/๔๑)

9. Der Erfolgreiche
(ein vorankommendes, erfolgreiches Leben)

Ein Mensch, der im Leben vorankommen und Erfolg haben will, egal, ob beim Studium oder im Beruf, sollte nach folgenden Grundsätzen vorgehen:

A. Rüstzeug des Fortschritts: Praxis nach einer Lehre, die das Leben in Richtung Fortschritt und Gedeihen lenkt und als die vier Räder (*cakka*) bezeichnet wird (diese Lehre gleicht den vier Rädern, die ein Fahrzeug zum Ziel bringen):

1. Paṭirūpadesavāsa: **Eine geeignete Heimat wählen**; sich einen guten Ort für den Aufenthalt, für Studium oder Lebenserwerb suchen, wo es Menschen und ein Umfeld gibt, die für Bildung und Weiterentwicklung im Leben förderlich sind, für die Suche nach Wahrheit und Wissen, für das Hervorbringen fruchtbarer und achtbarer Qualitäten und für das innere Vorankommen.

2. Sappurisūpassaya: **Sich mit guten Menschen abgeben**; wissen, mit wem man Umgang haben sollte; mit Personen zusammenkommen, die Wissen und Tugend besitzen und bei der Suche nach Wahrheit und Wissen unterstützen, beim Vorankommen, Wachstum und Fortschritt auf rechtschaffenene Weise.

3. Attasammāpaṇidhi: **Sich richtig ausrichten**; sich in Rechtschaffenheit und dem richtigen Lebensweg festigen; sich ein fruchtbares und achtbares Ziel für das Leben und das Wirken fest und deutlich vornehmen und fest entschlossen dem richtigen Weg zu diesem Ziel folgen, ohne Umwege, ohne vom Weg abzukommen.

4. *Pubbekatapuññatā:* **Ein gutes Startkapital besitzen**; ein Aspekt des guten Startkapitals ist der Besitz von Achtsamkeit&Weisheit, Geschick, ein tauglicher Körper und so weiter, die eine mitgebrachte Grundlage sind; ein weiterer Aspekt ist, zu wissen, wie man sich im Rahmen der mitgebrachten Möglichkeiten korrigieren und verbessern kann, wie man sich weiterbilden kann, wie man fruchtbare und achtbare Qualitäten hervorbringen, stärken und bis zur Geläufigkeit einüben kann, um sich darauf vorzubereiten, diese Qualitäten im Bedarfsfall einzusetzen und den entsprechenden Erfolg zu ernten, das Hervorbringen von Nutzen und Wohl und weiteres Vorankommen zu immer mehr Gedeihen.

(A 4.31 <A.II.32>)

ข. หลักความสำเร็จ *ปฏิบัติตามหลักธรรม ที่จะนำไปสู่ความสำเร็จแห่งกิจการนั้นๆ ที่เรียกว่า* **อิทธิบาท** *(ธรรมให้ถึงความสำเร็จ) ซึ่งมี ๔ ข้อ คือ*

๑. *ฉันทะ* **มีใจรัก** คือ พอใจจะทำสิ่งนั้น และทำด้วยใจรัก ต้องการทำให้เป็นผลสำเร็จอย่างดีแห่งกิจหรืองานที่ทำ มิใช่สักว่าทำพอให้เสร็จๆ หรือเพียงเพราะอยากได้รางวัลหรือผลกำไร

๒. *วิริยะ* **พากเพียรทำ** คือ ขยันหมั่นประกอบ หมั่นกระทำสิ่งนั้นด้วยความพยายาม เข้มแข็ง อดทน เอาธุระ ไม่ทอดทิ้ง ไม่ท้อถอย ก้าวไปข้างหน้าจนกว่าจะสำเร็จ

๓. *จิตตะ* **เอาจิตฝักใฝ่** คือ ตั้งจิตรับรู้ในสิ่งที่ทำ และทำสิ่งนั้นด้วยความคิด ไม่ปล่อยจิตใจให้ฟุ้งซ่านเลื่อนลอย ใช้ความคิดในเรื่องนั้นบ่อยๆ เสมอๆ ทำกิจหรืองานนั้นอย่างอุทิศตัวอุทิศใจ

๔. *วิมังสา* **ใช้ปัญญาสอบสวน** คือ หมั่นใช้ปัญญาพิจารณาใคร่ครวญ ตรวจตราหาเหตุผล และตรวจสอบข้อยิ่งหย่อนเกินเลยบกพร่องขัดข้อง เป็นต้นในสิ่งที่ทำนั้น โดยรู้จักทดลอง วางแผน วัดผล คิดค้นวิธีแก้ไขปรับปรุง เป็นต้น เพื่อจัดการและดำเนินงานนั้นให้ได้ผลดียิ่งขึ้นไป

ตัวอย่างเช่น ผู้ทำงานทั่วๆ ไป อาจจำสั้นๆ ว่า รักงาน สู้งาน ใส่ใจงาน และทำงานด้วยปัญญา

(ที.ปา. ๑๑/๒๓๑/๒๓๓)

B. Rüstzeug des Erfolgs: Praxis nach einer Lehre, die zum Erfolg bei jenen Aufgaben führt und als die vier Erfolgsspuren (*iddhipāda*) bezeichnet wird.

1. Chanda, **Eifer**: Zufrieden sein mit der gegenwärtigen Tätigkeit und sie mit Hingabe durchführen; gewillt sein, Aufgaben und Arbeiten so gut wie möglich zu erledigen; sie nicht einfach nur ausführen, um sie hinter sich zu bringen oder um dafür belohnt zu werden oder Profit zu erwirtschaften.

2. Viriya, **Tatkraft**: Fleiß und Beständigkeit besitzen und die Dinge sorgfältig erledigen, mit Einsatz, Beharrlichkeit, Geduld; sich den Aufgaben stellen, sie nicht vernachlässigen; nicht aufgeben, sondern immer weiter machen bis zum Erfolg.

3. Citta, **Beherzigung**: Sich für die Aufgabe öffnen und sie mit Überlegung durchführen; den Geist nicht abschweifen lassen; oft und beständig über das vorliegende Thema nachdenken; sich der Aufgabe oder Arbeit widmen und hingeben.

4. Vīmaṁsā, **weises Untersuchen**: Sorgfältiger Einsatz von Weisheit, Kontemplation, Erwägung, Untersuchung von Ursache und Wirkung, Suche nach Schwachpunkten und Fehlern bei allen Tätigkeiten; Wissen, wie man etwas ausprobiert, plant, Resultate bewertet, Maßnahmen zur Korrektur und Verbesserung entwirft und so weiter, zur Organisation und Durchführung jener Tätigkeiten, um immer bessere Ergebnisse zu erzielen.

Zum Beispiel auf das Arbeitsleben angewendet, könnte man sich diese Prinzipien in Kurzform so einprägen:

Begeistert schaffen, fest die Hand,

mit ganzem Herzen und Verstand.

(D 33 <D.III.221>)

ค. หลักเผล็ดโพธิญาณ *ดำเนินตามพระพุทธปฏิปทา ด้วยการปฏิบัติตามธรรม ๒ อย่างที่เป็นเหตุให้พระองค์บรรลุสัมโพธิญาณ เรียกว่า* **อุปัญญาต-ธรรม** *(ธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงปฏิบัติเห็นคุณประจักษ์กับพระองค์เอง) คือ*

๑. *อสนฺตุฏฺฐิตา กุสเลสุ ธมฺเมสุ* **ไม่สันโดษในกุศลธรรม** คือ ไม่รู้อิ่ม ไม่รู้พอ ในการสร้างสรรค์ความดีและสิ่งที่ดี

๒. *อปฺปฏิวาณิตา จ ปธานสฺมึ* **บำเพ็ญเพียรไม่ระย่อ** คือ เพียรพยายามก้าวหน้าเรื่อยไป ไม่ยอมถอยหลัง ไม่ยอมแพ้ ไม่ยอมท้อถอยต่ออุปสรรค และความเหน็ดเหนื่อยยากลำบาก

(ที.ปา. ๑๑/๒๒๗/๒๒๓)

C. Rüstzeug für die Frucht des Erwachens: Nachfolge des Buddha in zwei Aspekten seiner Vorgehensweise, die zur Ursache für sein volles Erwachen wurden. Sie werden als die Selbsterkannte Lehre bezeichnet (*upaññātadhamma*):

1. Asantuṭṭhitā kusalesu dhammesu, **sich mit den erreichten heilsamen Zuständen nicht zufrieden geben**: Keine Sättigung und kein Genügen kennen beim Hervorbringen heilsamer Zustände und Werke.

2. Appaṭivāṇitā ca padhānasmiṁ, **furchtlos Energie einsetzen**: Sich bemühen, immer weiter voranzuschreiten; sich weigern zurückzuweichen, aufzugeben oder angesichts von Hindernissen, Anstrengung und Schwierigkeiten den Mut zu verlieren.

(D 33 <D.III.214>)

๑๐. คนรู้จักทำมาหาเลี้ยงชีพ

(ชีวิตที่เป็นหลักฐาน)

คนที่จะเรียกได้ว่า รู้จักหา รู้จักใช้ทรัพย์ หรือหาเงินเป็น ใช้เงินเป็น เป็นคนทำมาหากินที่ดี ตั้งตัวสร้างหลักฐานได้ และใช้ทรัพย์สมบัติให้เป็นประโยชน์ เป็นผู้ปฏิบัติหน้าที่ทางเศรษฐกิจอย่างถูกต้อง ก็เพราะปฏิบัติตามหลักธรรมต่อไปนี้

ก. ขั้นหาและรักษาสมบัติ *ปฏิบัติตามหลักธรรมที่เป็นไปเพื่อประโยชน์ปัจจุบัน หรือหลักธรรมอันอำนวยประโยชน์สุขขั้นต้น ที่เรียกว่า* **ทิฏฐธัมมิกัตถสังวัตตนิกธรรม*** *๔ ประการ*

๑. อุฏฐานสัมปทา **ถึงพร้อมด้วยความหมั่น** คือ ขยันหมั่นเพียร ในการปฏิบัติหน้าที่การงาน และการประกอบอาชีพที่สุจริต ฝึกฝนให้มีความชำนิชำนาญและรู้จริง รู้จักใช้ปัญญาสอดส่อง ตรวจตรา หาวิธีการที่เหมาะที่ดี จัดการและดำเนินการให้ได้ผลดี

๒. อารักขสัมปทา **ถึงพร้อมด้วยการรักษา** คือ รู้จักคุ้มครอง เก็บรักษาโภคทรัพย์และผลงานที่ตนได้ทำไว้ด้วยความขยันหมั่นเพียรโดยชอบธรรม ด้วยกำลังงานของตน ไม่ให้เป็นอันตรายหรือเสื่อมเสีย

๓. กัลยาณมิตตตา **คบหาคนดีเป็นมิตร** คือ รู้จักเสวนาคบหาคน ไม่คบไม่เอาอย่างผู้ที่ชักจูงไปในทางเสื่อมเสีย เลือกเสวนาศึกษาเยี่ยงอย่างท่านผู้รู้ผู้ทรงคุณ ผู้มีความสามารถ ผู้น่าเคารพนับถือ และมีคุณสมบัติเกื้อกูลแก่อาชีพการงาน

---

* ดู บันทึกท้ายเล่ม ข้อ ๔ หน้า ๘๒

10. Ein kluger Ernährer
(eine solide Lebensgrundlage)

Jemand, der weiß, wie man zu Wohlstand kommt und diesen richtig einsetzt, der sich auskennt mit dem Geld verdienen und ausgeben, besitzt Geschick beim Lebenserwerb. Er kann sich eine solide Lebensgrundlage schaffen und verwendet sein Vermögen auf nützliche Weise. Er verhält sich in wirtschaftlichen Angelegenheiten korrekt, weil er folgende Grundsätze beherzigt:

A. Die Ebene, auf der man Wohlstand erwirbt und schützt: Praxisstandards für den Nutzen im Hier&Jetzt, bzw. Lehre zur Förderung des Wohlergehens auf der Anfangsstufe, bezeichnet als die vier *diṭṭha-dhammikattha-saṁvattanika-dhamma*:*

1. Uṭṭhānasampadā: **Mit Sorgfalt ausgestattet sein**; sich fleißig, beharrlich und tatkräftig den Aufgaben widmen und auf ehrliche Weise den Lebensunterhalt bestreiten; für Geläufigkeit und Kundigkeit üben; Weisheit einsetzen, nachforschen, untersuchen; angemessene, anständige Maßnahmen finden, um die Tätigkeiten so zu organisieren und durchzuführen, dass gute Ergebnisse erzielt werden.

2. Ārakkhasampadā: **Mit Schutz ausgestattet sein**; wissen, wie man Hab und Gut und die Früchte der eigenen Arbeit behütet, bewahrt und bewacht; Dinge, die mit Fleiß, Beharrlichkeit und Tatkraft auf rechtschaffene Weise erworben wurden, durch eigene Arbeitskraft; nicht zulassen, dass sie in Gefahr geraten oder verderben.

3. Kalyāṇamittatā: **Freundschaft mit guten Menschen suchen**; den richtigen Umgang kennen; sich nicht mit Menschen abgeben, die zum Niedergang verleiten, sie nicht zum Vorbild nehmen; Umgang mit Menschen suchen, die kundig sind, tugendhaft und fähig; ihr Vorbild studieren und nachahmen; Menschen, die Respekt und Ehre verdienen und mit Qualitäten ausgestattet sind, die für den Lebenserwerb hilfreich sind.

* Siehe Endnote 4, Seite 82.

๔. *สมชีวิตา* **เลี้ยงชีวิตแต่พอดี** คือ รู้จักกำหนดรายได้และรายจ่าย เป็นอยู่พอดีสมรายได้ มิให้ฝืดเคืองหรือฟุ่มเฟือย ให้รายได้เหนือรายจ่าย มีประหยัดเก็บไว้

(องฺ.อฏฺก. ๒๓/๑๔๔/๒๘๙)

ข. ขั้นแจงจัดสรรทรัพย์ *เมื่อหาทรัพย์มาได้แล้ว รู้จักจัดสรรทรัพย์นั้น โดยถือหลักการแบ่งทรัพย์เป็น ๔ ส่วน ที่เรียกว่า* **โภควิภาค ๔** *คือ*

- *เอเกน โภเค ภุญฺเชยฺย* ๑ ส่วน ใช้จ่ายเลี้ยงตน เลี้ยงคนที่ควรบำรุงเลี้ยง และทำประโยชน์
- *ทฺวีหิ กมฺมํ ปโยชเย* ๒ ส่วน ใช้เป็นทุนประกอบการงาน
- *จตุตฺถญฺจ นิธาเปยฺย* อีก ๑ ส่วน เก็บไว้ใช้ในคราวจำเป็น

(ที.ปา. ๑๑/๑๙๗/๒๐๒)

ค. ขั้นจับจ่ายกินใช้ *พึงเข้าใจและคำนึงไว้เสมอว่า การที่เพียรพยายามแสวงหา รักษา และครอบครองโภคทรัพย์ไว้นั้น ก็เพื่อจะใช้ให้เป็นประโยชน์ทั้งแก่ตนและคนอื่น ถ้าไม่ใช้ทรัพย์สมบัติให้เกิดคุณประโยชน์แล้ว การหาและการมีทรัพย์สมบัติก็ปราศจากคุณค่า หาความหมายใดๆ มิได้ ดังนั้น เมื่อมีทรัพย์หรือหาทรัพย์มาได้แล้ว พึงปฏิบัติต่อทรัพย์หนึ่งส่วนแรกในข้อ ข. ตามหลัก* **โภคาทิยะ** *(ประโยชน์ที่ควรถือเอาจากโภคะ หรือเหตุผลที่อริยสาวกควรยึดถือ ในการที่จะมีหรือครอบครองทรัพย์สมบัติ) ๕ ประการ ดังพุทธพจน์ว่า*

อริยสาวกแสวงหาโภคทรัพย์มาได้ด้วยน้ำพักน้ำแรงความขยันหมั่นเพียรของตน และโดยทางสุจริตชอบธรรมแล้ว

๑. เลี้ยงตัว เลี้ยงมารดาบิดา บุตร ภรรยา และคนในปกครองทั้งหลายให้เป็นสุข

๒. บำรุงมิตรสหาย และผู้ร่วมกิจการงานให้เป็นสุข

๓. ใช้ปกป้องรักษาสวัสดิภาพ ทำตนให้มั่นคงปลอดจากภยันตราย

4. Samajīvitā, **maßvolle Lebensweise**; sich mit Verdienst- und Ausgabenplanung auskennen, maßvoll wirtschaften, die Planung einhalten; nicht zu dürftig und nicht zu üppig leben, so dass die Einnahmen die Ausgaben übertreffen; genügsam leben und sparen.

(A 8.54 <A.IV.281>)

B. Die Ebene, auf der man seine Mittel einteilt: Wenn finanzielle Mittel zur Verfügung stehen, wissen wie man sie einteilt, nach dem Prinzip der vierfachen Gütereinteilung (*bhogavibhāga*):

- *Ekena bhoge bhuñjeyya:* 1 Teil wird benutzt, um den eigenen Lebensunterhalt zu bestreiten und den Lebensunterhalt jener, für die man unterhaltspflichtig ist, und um gute Werke zu tun.
- *Dvīhi kammaṁ payojaye:* 2 Teile werden in die Arbeit investiert.
- *Catutthañca nidhāpeyya:* 1 Teil wird für den Bedarfsfall aufbewahrt.

(D 31 <D.III.188>)

C. Die Ebene, auf der man ausgibt und konsumiert: Man sollte wissen und sich ständig vor Augen halten, dass alle Bemühungen, Wohlstand und Besitz zu erwerben, ihn zu schützen, zu verwalten und einzuteilen, zum eigenen Nutzen und zum Nutzen anderer erfolgen sollten. Wenn aus Wohlstand und Besitz kein Nutzen entspringt, dann hat das Streben nach Reichtum und das Besitzen keinen Wert und ist bedeutungslos. Wenn also Konsumgüter und Finanzmittel vorhanden sind, sollte mit dem ersten Anteil aus Punkt B im Sinne der fünf Arten von Nutzen, den man aus Besitz ziehen sollte, oder der fünf Gründe für das Besitzen oder Verwalten von Gütern, an die sich ein edler Schüler halten sollte (*bhogādiya)*, verfahren werden. In den Worten des Buddha lautet das so:

Wenn ein edler Schüler im Schweiße seines Angesichts mit eigener Kraft, mit Fleiß, Beharrlichkeit und Anstrengung, ehrlich und auf rechtschaffene Weise zu Wohlstand gekommen ist, dann:

1. Sorgt er damit für den eigenen Unterhalt, den Unterhalt seiner Eltern, Kinder, Ehefrau und aller unter seiner Obhut; er sorgt für ihr Wohl.

2. Unterstützt er damit seine Freunde, Gefährten und Kollegen, sorgt für ihr Wohl.

3. Sichert er damit sein Wohlergehen, er sichert sich ab gegen Gefahr.

๔. ทำพลี คือ สละเพื่อบำรุงและบูชา ๕ อย่าง

(๑) *ญาติพลี* สงเคราะห์ญาติ

(๒) *อติถิพลี* ต้อนรับแขก

(๓) *ปุพพเปตพลี* ทำบุญหรือสักการะอุทิศผู้ล่วงลับ

(๔) *ราชพลี* บำรุงราชการด้วยการเสียภาษีอากร เป็นต้น

(๕) *เทวตาพลี* ถวายเทวดา คือ ทำบุญอุทิศสิ่งที่เคารพบูชาตามความเชื่อถือ

๕. อุปถัมภ์บำรุงพระสงฆ์ และเหล่าบรรพชิตผู้ประพฤติดี ปฏิบัติชอบ ผู้ไม่ประมาทมัวเมา

เมื่อได้ใช้โภคทรัพย์ทำประโยชน์อย่างนี้แล้ว ถึงโภคะจะหมดสิ้นไปก็สบายใจได้ว่า ได้ใช้โภคะนั้นให้เป็นประโยชน์ถูกต้องตามเหตุผลแล้ว ถึงโภคะเพิ่มขึ้น ก็สบายใจ เช่นเดียวกัน เป็นอันไม่ต้องเดือดร้อนใจในทั้งสองกรณี

(องฺ.ปญฺจก. ๒๒/๔๑/๔๘)

การใช้จ่ายใน ๕ ข้อนี้ ท่านมุ่งแจกแจงรายการที่พึงจ่าย ให้รู้ว่าควรใช้ทรัพย์ทำอะไรบ้าง มิใช่หมายความว่าให้แบ่งส่วนเท่ากันไปทุกข้อ นอกจากนั้นท่านมุ่งกล่าวเฉพาะรายการที่พึงจ่ายเป็นประจำสำหรับคนทั่วไป แต่ถ้าผู้ใดสามารถ ก็ควรบำเพ็ญประโยชน์ให้มากขึ้นไปอีก ตามหลัก **สังคหวัตถุ** *(ในบทที่ ๔) เป็นต้น*

4. Er führt auf fünf Arten Opferungen durch, das heißt, er gibt hin, um andere zu unterstützen und zu ehren:

(1) *Ñāti-balī:* Unterstützung der Verwandten.

(2) *Atithi-balī:* Gastfreundschaft.

(3) *Pubbapeta-balī:* Verdienstvolle Handlungen oder Opfergaben, den Verstorbenen gewidmet.

(4) *Rāja-balī:* Unterstützung der Regierung durch Steuerabgabe usw.

(5) *Devatā-balī:* Verdienstvolle Handlungen, gewidmet den Idealen des jeweiligen Glaubens.

5. Er unterstützt und fördert Mönche und und andere Ordinierte, die sich in Tugend üben und korrekt verhalten, die frei von Nachlässigkeit sind und sich nicht gehen lassen.

Hat er seinen Reichtum auf solch nützliche Weise ausgegeben, dann kann er sich dabei gut fühlen, selbst wenn nichts mehr übrig bleibt: „Ich habe meinen Reichtum auf richtige und nützliche Weise mit Verstand verwendet." Wenn sein Reichtum zunimmt, kann er sich genauso gut dabei fühlen, weil er sich in beiden Fällen keine Vorwürfe machen muss.

(A 5.41 >A.III.45>)

Diese fünf Punkte zum Konsumieren und Ausgeben sind eine Liste von Empfehlungen und dienen als Übersicht, damit man weiß, was man mit seinem Wohlstand so alles anfangen kann. Es bedeutet nicht, dass alle Punkte zu gleichen Teilen abgedeckt werden sollen. Außerdem geht es hier um regelmäßige Ausgaben im Allgemeinen. Aber wer in der Lage ist, noch mehr Nützliches zu bewirken, sollte das auch tun, zum Beispiel nach den Grundsätzen des Helfens (*saṅgahavatthu*) in Kapitel 4.

๑๑. คนครองเรือนที่เลิศล้ำ

(ชีวิตบ้านที่สมบูรณ์)

คนที่จะเรียกได้ว่าประสบความสำเร็จในการครองเรือน เป็นคฤหัสถ์หรือชาวบ้านที่ดี น่าเคารพนับถือเป็นแบบฉบับ ควรถือเป็นตัวอย่าง จะต้องวัดด้วยหลักเกณฑ์ ดังนี้

ก. มีความสุขสี่ประการ *คือ ความสุขอันชอบธรรมที่ผู้ครองเรือนควรมี หรือความสุขที่ชาวบ้านควรพยายามทำให้เกิดขึ้นแก่ตนอยู่เสมอ เรียกสั้นๆ ว่า* **สุขของคฤหัสถ์ (กามโภคีสุข) ๔** *คือ*

๑. *อัตถิสุข* **สุขเกิดจากความมีทรัพย์** คือ ความภูมิใจ เอิบอิ่มและอุ่นใจว่า ตนมีโภคทรัพย์ ที่ได้มาด้วยน้ำพักน้ำแรงความขยันหมั่นเพียรของตนและโดยทางชอบธรรม

๒. *โภคสุข* **สุขเกิดจากการใช้จ่ายทรัพย์** คือ ความภูมิใจ เอิบอิ่มใจว่า ตนได้ใช้ทรัพย์ที่ได้มาโดยชอบนั้น เลี้ยงตัว เลี้ยงครอบครัว เลี้ยงผู้ที่ควรเลี้ยง และบำเพ็ญคุณประโยชน์

๓. *อนณสุข* **สุขเกิดจากความไม่เป็นหนี้** คือ ความภูมิใจ เอิบอิ่มใจว่า ตนเป็นไท ไม่มีหนี้สินติดค้างใคร

๔. *อนวัชชสุข* **สุขเกิดจากความประพฤติไม่มีโทษ** คือ ความภูมิใจ เอิบอิ่มใจว่า ตนมีความประพฤติสุจริต ไม่บกพร่องเสียหาย ใครติเตียนไม่ได้ทั้งทางกาย ทางวาจา และทางใจ*

บรรดาสุข ๔ อย่างนี้ อนวัชชสุขมีค่ามากที่สุด

(องฺ.จตุกฺก. ๒๑/๖๒/๙๑)

---

* ดู บันทึกท้ายเล่ม ข้อ ๕ หน้า ๘๒

11. Ein hervorragender Haushälter
(ein vollkommenes Hausleben)

Damit jemand als erfolgreich im Hausleben gelten kann, als guter, mustergültiger Laie oder Haushälter, der Respekt und Ehre verdient, den man sich zum Vorbild nehmen kann, muss er sich an den folgenden Kriterien messen lassen:

A. Er besitzt die vier Arten von Glück, nämlich ein rechtschaffenes Glück, das einem Menschen im Hausleben zusteht, oder um das sich ein Haushälter stets bemühen sollte, genannt die vier Arten von Glück eines Laien (*kāmabhogīsukha*):

1. Atthisukha, **Glück des Wohlstands**: Stolz, Genugtuung und Selbstgewissheit, dass sein Wohlstand im Schweiße seines Angesichts mit eigener Kraft, mit Fleiß, Beharrlichkeit und Anstrengung, ehrlich und auf rechtschaffene Weise erworben wurde.

2. Bhogasukha, **Glück des Konsumierens**: Stolz und Genugtuung, dass er mit jenem auf rechtschaffene Weise erworbenen Wohlstand für seinen eigenen Unterhalt sorgt, für den Unterhalt seiner Familie und aller, für die er zuständig ist, und außerdem gute Werke verrichtet.

3. Anaṇasukha, **Glück der Schuldenfreiheit**: Stolz und Genugtuung, dass er frei ist, zahlungsfähig, bei niemandem Schulden hat.

4. Anavajjasukha, **Glück der Tadelsfreiheit**: Stolz und Genugtuung, über sein ehrliches Verhalten mit Körper, Sprache und Geist, das frei ist von Makeln und das niemand kritisieren oder tadeln könnte.*

Unter diesen vier Arten von Glück hat *anavajjasukha* den höchsten Stellenwert.

(A 4.62 <A.II.69>)

* Siehe Endnote 5, Seite 82.

ข. เป็นชาวบ้านแบบฉบับ *คนครองเรือน แยกได้เป็นหลายประเภท จัดเป็นขั้นๆ ได้ตั้งแต่ร้ายไปถึงดี และที่ดีก็มีหลายระดับ คฤหัสถ์ที่ดี น่าเคารพนับถือแท้จริง คือประเภทที่ ๑๐ ใน* **ชาวบ้าน ๑๐** *ประเภทต่อไปนี้*

กลุ่มที่ ๑ หาทรัพย์โดยทางไม่ชอบธรรม

๑. ได้ทรัพย์มาแล้ว ไม่เลี้ยงตนให้เป็นสุข ทั้งไม่เผื่อแผ่แบ่งปันและไม่ใช้ทรัพย์นั้นทำความดี *(เสียทั้ง ๓ ส่วน)*

๒. ได้ทรัพย์มาแล้ว เลี้ยงตนให้เป็นสุข แต่ไม่เผื่อแผ่แบ่งปันและไม่ใช้ทรัพย์นั้นทำความดี *(เสีย ๒ ส่วน ดี ๑ ส่วน)*

๓. ได้ทรัพย์มาแล้ว เลี้ยงตนให้เป็นสุขด้วย เผื่อแผ่แบ่งปันและใช้ทรัพย์นั้นทำความดีด้วย *(เสีย ๑ ส่วน ดี ๒ ส่วน)*

กลุ่มที่ ๒ หาชอบธรรมบ้าง ไม่ชอบธรรมบ้าง

๔. ได้ทรัพย์มาแล้ว ทำอย่างข้อ ๑ *(เสีย ๓ ดี ๑)*

๕. ได้ทรัพย์มาแล้ว ทำอย่างข้อ ๒ *(เสีย ๒ ดี ๒)*

๖. ได้ทรัพย์มาแล้ว ทำอย่างข้อ ๓ *(เสีย ๑ ดี ๓)*

กลุ่มที่ ๓ หาโดยชอบธรรม

๗. ได้ทรัพย์มาแล้ว ทำอย่างข้อ ๑ *(เสีย ๒ ดี ๑)*

๘. ได้ทรัพย์มาแล้ว ทำอย่างข้อ ๒ *(เสีย ๑ ดี ๒)*

B. Er ist ein mustergültiger Haushälter. Die Menschen im Hausleben lassen sich in viele Arten unterteilen, nach Stufen arrangiert, von ganz schlecht bis sehr gut. Und unter den Guten gibt es ebenfalls mehrere Abstufungen. Ein Laie der besten Art, der Respekt und Ehre verdient, ist der zehnte unter den folgenden zehn Arten von Haushältern:

Gruppe 1: Erwerb von Wohlstand auf nicht rechtschaffene Weise [⊖]:

1. Nachdem sie Wohlstand erworben haben, sorgen sie damit nicht für den eigenen Unterhalt in Wohlergehen [⊖], teilen nicht mit anderen und nutzen ihren Wohlstand nicht für gute Werke [⊖]. (Wertung: ⊖⊖⊖)

2. Nachdem sie Wohlstand erworben haben, sorgen sie damit für den eigenen Unterhalt in Wohlergehen [⊕], teilen aber nicht mit anderen und nutzen ihren Wohlstand nicht für gute Werke [⊖]. (Wertung: ⊖⊖⊕)

3. Nachdem sie Wohlstand erworben haben, sorgen sie damit für den eigenen Unterhalt in Wohlergehen [⊕], teilen auch mit anderen und nutzen ihren Wohlstand für gute Werke [⊕]. (Wertung: ⊖⊕⊕)

Gruppe 2: Erwerb teilweise rechtschaffen [⊕], teilweise nicht rechtschaffen [⊖]:

4. Nachdem sie Wohlstand erworben haben, verfahren sie damit wie unter Punkt 1. (Wertung: ⊖⊖⊖⊕)

5. Nachdem sie Wohlstand erworben haben, verfahren sie damit wie unter Punkt 2. (Wertung: ⊖⊖⊕⊕)

6. Nachdem sie Wohlstand erworben haben, verfahren sie damit wie unter Punkt 3. (Wertung: ⊖⊕⊕⊕)

Gruppe 3: Erwerb rechtschaffen [⊕]

7. Nachdem sie Wohlstand erworben haben, verfahren sie damit wie unter Punkt 1. (Wertung: ⊖⊖⊕)

8. Nachdem sie Wohlstand erworben haben, verfahren sie damit wie unter Punkt 2. (Wertung: ⊖⊕⊕)

๙. ได้ทรัพย์มาแล้ว ทำอย่างข้อ ๓ แต่ยังติด ยังมัวเมา หมกมุ่น กินใช้ทรัพย์สมบัติ โดยไม่รู้เท่าทันเห็นโทษ ไม่มีปัญญาที่จะทำตนให้เป็นอิสระ เป็นนายเหนือโภคทรัพย์ได้ *(เสีย ๑ ดี ๓)*

พวกพิเศษ ผู้ที่แสวงหาชอบธรรม และใช้อย่างมีสติสัมปชัญญะ มีจิตใจเป็นอิสระ มีลักษณะดังนี้

๑๐. แสวงหาทรัพย์โดยทางชอบธรรม; ได้มาแล้ว เลี้ยงตนให้เป็นสุข; เผื่อแผ่แบ่งปัน และใช้ทรัพย์นั้นทำความดี; ไม่ลุ่มหลง ไม่หมกมุ่นมัวเมา กินใช้ ทรัพย์สมบัติโดยรู้เท่าทัน เห็นคุณโทษ ทางดีทางเสียของมัน มีปัญญาทำตนให้เป็นอิสระหลุดพ้น เป็นนายเหนือโภคทรัพย์

ประเภทที่ ๑๐ นี้ พระพุทธเจ้าสรรเสริญว่าเป็นผู้เลิศ ประเสริฐ สูงสุด ควรชมทั้ง ๔ สถาน คือ เป็นคฤหัสถ์แบบฉบับที่น่าเคารพนับถือ

(องฺ.ทสก. ๒๔/๙๑/๑๘๘)

ค. กำกับชีวิตด้วยธรรมสี่ *คือ ปฏิบัติตามหลักธรรมสำหรับการครองชีวิตของคฤหัสถ์ ที่เรียกว่า* **ฆราวาสธรรม*** **๔** *ประการ ดังนี้*

๑. *สัจจะ* **ความจริง** คือ ดำรงมั่นในสัจจะ ซื่อตรง ซื่อสัตย์ จริงใจ พูดจริง ทำจริง จะทำอะไรก็ให้เป็นที่เชื่อถือไว้วางใจได้

๒. *ทมะ* **ฝึกตน** คือ บังคับควบคุมตนเองได้ รู้จักปรับตัว และแก้ไขปรับปรุงตนให้ก้าวหน้าดีงามยิ่งขึ้นอยู่เสมอ

๓. *ขันติ* **อดทน** คือ มุ่งหน้าทำหน้าที่การงานด้วยความขยันหมั่นเพียร เข้มแข็งอดทน ไม่หวั่นไหว มั่นในจุดหมาย ไม่ท้อถอย

---

* ดู บันทึกท้ายเล่ม ข้อ ๖ หน้า ๘๒

9. Nachdem sie Wohlstand erworben haben, verfahren sie damit wie unter Punkt 3. Aber sie haften noch daran, berauschen sich daran, sind davon besessen. Sie verwenden ihren Besitz, ohne den Nachteil dabei zu erkennen. Sie haben nicht die Weisheit, um davon unabhängig und wirklich Herr ihres Reichtums zu sein [⊖]. (Wertung: ⊖⊕⊕⊕)

Spezialeinheit: Menschen, die Wohlstand rechtschaffen erwerben und mit Achtsamkeit&Wissensklarheit nutzen, im Herzen unabhängig, mit folgenden Merkmalen:

10. Sie erwerben Wohlstand auf rechtschaffene Weise [⊕]; dann sorgen sie damit für den eigenen Unterhalt in Wohlergehen [⊕], teilen auch mit anderen und nutzen ihren Wohlstand für gute Werke [⊕]. Sie lassen sich davon nicht beirren, berauschen sich nicht daran, sind nicht davon besessen. Sie verwenden ihren Besitz und erkennen dabei Vor- und Nachteil, Gut und Schlecht. Sie haben die Weisheit, um unabhängig und frei und wirklich Herr ihres Reichtums zu sein [⊕]. (Wertung: ⊕⊕⊕⊕)

Haushälter dieser zehnten Art pries der Buddha als besondere, hervorragende Menschen, die auf allen vier Gebieten zu loben sind. Sie sind mustergültige Laien, die Respekt und Ehre verdienen.

(A 10.91 <A.V.176>)

C. Er hat sein Leben im Griff mit Hilfe von vier Qualitäten für das Laienleben, die als die vier Haushältertugenden* (*gharāvāsadhamma*) bezeichnet werden:

1. Sacca, **Wahrhaftigkeit**: Er hält die Wahrheit aufrecht, ist geradlinig, aufrichtig, authentisch. Mit seinen Taten steht er zu seinen Worten. Bei all seinem Tun ist er glaubwürdig und zuverlässig.

2. Dama, **Selbstbeherrschung**: Er kann sich zusammennehmen, weiß sich zu beherrschen. Er korrigiert und verbessert sich, um in guten und achtbaren Eigenschaften kontinuierlich voranzukommen.

3. *Khanti,* **Geduld**: Er macht sich mit Fleiß, Sorgfalt und Tatkraft an die Arbeit, ist beständig und geduldig, ohne zu zögern. Er steht fest zu seinen Zielen, ohne den Mut zu verlieren.

* Siehe Endnote 6, Seite 82.

๔. *จาคะ* **เสียสละ** คือ มีน้ำใจ เอื้อเฟื้อ ชอบช่วยเหลือเกื้อกูล บำเพ็ญประโยชน์ สละโลภ ละทิฐิมานะได้ ร่วมงานกับคนอื่นได้ ไม่ใจแคบเห็นแก่ตัวหรือเอาแต่ใจตน

(ขุ.สุ. ๒๕/๓๑๑/๓๖๑)

ง. รับผิดชอบชีวิตที่เกี่ยวข้อง *คือ มีความสัมพันธ์อันดีงามอบอุ่นเป็นสุขภายในครอบครัว ตลอดถึงญาติมิตร ผู้ร่วมงาน และคนที่พึ่งพาอาศัยอยู่ในปกครองทั้งหมด โดยทำหน้าที่มิใช่เพียงนำประโยชน์ทางวัตถุมาให้เขาอย่างเดียว แต่นำประโยชน์สุขทางจิตใจมาให้ด้วย โดยประพฤติตนเป็นตัวอย่าง ช่วยชักจูงให้คนในครอบครัวและผู้เกี่ยวข้องใกล้ชิดทั้งหลายเจริญงอกงามขึ้นด้วยคุณธรรมที่เรียกว่า* **อารยวัฒิ** *ทั้ง* **๕** *ดังต่อไปนี้*

๑. งอกงามด้วยศรัทธา คือ ให้มีความเชื่อความมั่นใจในพระรัตนตรัย และในการที่จะทำความดี มีหลักยึดเหนี่ยวจิตใจ

๒. งอกงามด้วยศีล คือ ให้มีความประพฤติดีงาม สุจริต รู้จักเลี้ยงชีวิต มีวินัย และมีกิริยามารยาทอันงาม

๓. งอกงามด้วยสุตะ คือ ให้มีความรู้จากการเล่าเรียนสดับฟัง โดยแนะนำหรือขวนขวายให้ศึกษาหาความรู้ที่จะฟื้นฟูปรับปรุงชีวิตจิตใจ

๔. งอกงามด้วยจาคะ คือ ให้มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ มีน้ำใจต่อกันและพอใจทำประโยชน์แก่เพื่อนมนุษย์

๕. งอกงามด้วยปัญญา คือ ให้มีความรู้คิด เข้าใจเหตุผล รู้ดี รู้ชั่ว รู้คุณ โทษ ประโยชน์มิใช่ประโยชน์ มองสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริง มีวิจารณญาณ รู้จักใช้ปัญญาพิจารณาเหตุปัจจัย แก้ไขปัญหา และจัดทำดำเนินการต่างๆ ให้ได้ผลดี

(อง.ปญฺจก. ๒๒/๔๐/๔๗)

4. *Cāga,* **Loslassen**: Er ist hilfsbereit, großzügig und stets darauf bedacht, andere zu unterstützen und von Nutzen zu sein. Er kann Gier, Ansichten und Dünkel loslassen. Er ist in der Lage, mit anderen zusammenzuarbeiten, ohne engstirnig nur an sich zu denken oder alles nach seinem Willen haben zu wollen.

(Sn 189 <Sn.33>)

D. Er übernimmt Verantwortung für seine Anvertrauten. Er pflegt ein gutes, herzliches Verhältnis innerhalb der Familie, im Verwandten- und Freundeskreis, mit den Arbeitskollegen und allen, die von ihm abhängig sind, indem er sich nicht nur um ihr materielles Wohlergehen kümmert, sondern auch um geistige Bedürfnisse, dadurch, dass er ihnen als Vorbild dient. Er leitet seine Familienmitglieder, Anvertrauten und Nahestehenden an und ermuntert sie zu innerem Wachstum mit Hilfe der fünf Qualitäten für edlen Fortschritt (*ariyavaḍḍhi*):

1. **Wachstum durch Vertrauen**: Er bestärkt sie in Vertrauen und Zuversicht in Bezug auf das Dreifache Juwel [von Buddha, Dhamma, Saṅgha] und das eigene Bemühen um das Gute als inneren Halt.

2. **Wachstum durch Ethik**: Er leitet sie zu fruchtbarem und achtbarem Verhalten an, zu Ehrlichkeit, richtigen Lebensunterhalt, Disziplin und höflichen Manieren.

3. **Wachstum durch Lernen**: Er leitet sie zum Erwerb von Wissen durch Lernen und Zuhören an; er instruiert sie oder bewegt sie dazu, Kenntnisse zu erwerben, die das Leben verbessern und das Herz erbauen.

4. **Wachstum durch Großzügigkeit**: Er leitet sie zu Großzügigkeit und gegenseitiger Hilfsbereitschaft an, so dass sie Befriedigung darin finden, ihren Mitmenschen von Nutzen zu sein.

5. **Wachstum durch Weisheit**: Er leitet sie zum Denken an, um Ursachen und Wirkungen zu verstehen, den Unterschied von Gut und Böse zu erkennen, von Vorteil und Nachteil, Nutzen und Schaden; um alle Dinge wirklichkeitsgemäß zu sehen, um die eigene Weisheit einzusetzen, um Ursachen und Bedingungen zu kontemplieren, Probleme zu lösen und alle Aufgaben mit bestmöglichem Ergebnis anzugehen und zu erledigen.

(A 5.63<A.III.80>)

จ. *ครองตนเป็นพลเมืองที่ดี* *นำชีวิตและครอบครัวของตนไปสู่ความเจริญ สงบสุข และเป็นพลเมืองที่สร้างสรรค์สังคม โดยประพฤติ ดังนี้*

๑. *น สาธารณทารสฺส* ไม่คบชู้สู่หามัวหมกมุ่นในทางเพศ
๒. *น ภุญฺเช สาธุเมกโก* ไม่ใจแคบเสพสิ่งเลิศรสผู้เดียว
๓. *น เสเว โลกายติกำ* ไม่พร่าเวลาถกถ้อยที่เลื่อนลอยไร้สาระ
๔. *สีลวา* ประพฤติดี มีวินัย ตั้งอยู่ในศีล ๕
๕. *วตฺตสมฺปนฺโน* ปฏิบัติกิจหน้าที่สม่ำเสมอโดยสมบูรณ์
๖. *อปฺปมตฺโต* ไม่ประมาท กระตือรือร้นทุกเวลา
๗. *วิจกฺขโณ* มีวิจารณญาณ ทำการโดยใช้ปัญญา
๘. *นิวาตวุตฺติ อตฺถทฺโธ* สุภาพ ไม่ดื้อกระด้าง ยินดีรับฟังผู้อื่น
๙. *สุรโต* เสงี่ยมงาม รักความประณีตสะอาดเรียบร้อย
๑๐. *สขิโล มุทุ* พูดจาน่าฟัง ทั้งใจกายก็อ่อนโยน ไม่หยาบคาย
๑๑. *สงฺคเหตา จ มิตฺตานำ* มีน้ำใจเอื้อสงเคราะห์ต่อมิตรสหาย
๑๒. *สวิภาคี* เผื่อแผ่แบ่งปัน ช่วยเหลือคนทั่วไป
๑๓. *วิธานวา* รู้จักจัดการงานให้เรียบร้อยและได้ผลดี
๑๔. *ตปฺเปยฺย* บำรุงพระสงฆ์ทรงความรู้ ผู้ทรงศีลทรงธรรม
๑๕. *ธมฺมกาโม* ใคร่ธรรม รักความสุจริต
๑๖. *สุตาธโร* อ่านมากฟังมาก รู้วิชาของตนเชี่ยวชาญ
๑๗. *ปริปุจฺฉโก* ชอบสอบถามค้นคว้า ใฝ่หาความรู้ยิ่งขึ้นไป

(ขุ.ชา. ๒๘/๙๔๙/๓๓๒)

E. Er bewährt sich als guter Bürger. Er lenkt sich und seine Familie in Richtung Gedeih und Konfliktfreiheit und ist als Bürger ein konstruktives Mitglied der Gesellschaft, indem er sich folgendermaßen verhält:

1. Na sādhāraṇadārassa: Er geht nicht fremd, hat nicht immer nur Sex im Kopf.

2. Na bhuñje sādhumekako: Er behält die Leckerbissen nicht engherzig allein für sich.

3. Na seve lokāyatikaṁ: Er verschwendet nicht seine Zeit mit endlosen Diskussionen ohne Essenz.

4. Sīlavā: Er besitzt Ethik und Disziplin, hält die fünf Ethikregeln ein.

5. Vattasampanno: Er erfüllt stets seine Pflichten und Aufgaben.

6. Appamatto: Er ist nicht nachlässig, sondern jederzeit umsichtig.

7. Vicakkhano: Er ist besonnen, handelt mit Weisheit.

8. Nivātavutti atthaddho: Er ist höflich, nicht stur oder anmaßend, sondern bereit, anderen zuzuhören.

9. Surato: Er ist bescheiden, liebt Sorgfalt, Sauberkeit und Ordnung.

10. Sikhilo mudu: Er spricht auf angenehme Weise, verhält sich sanft mit Körper und Geist, nicht grob oder vulgär.

11. Saṅgahetā ca mittānaṁ: Er ist herzlich und hilfsbereit zu seinen Freunden und Gefährten.

12. Saṁvibhāgī: Er teilt mit den Menschen im Allgemeinen.

13. Vidhānavā: Er kann seine Arbeit gut und erfolgreich organisieren.

14. Tapeyya: Er unterstützt kundige, tugendhafte Mönche.

15. Dhammakāmo: Er fühlt sich zu Dhamma hingezogen, zur Wahrheit, liebt Aufrichtigkeit.

16. Sutādharo: Er liest und hört viel, kennt sich auf seinem persönlichen Wissensgebiet gut aus.

17. Paripucchako: Er forscht gerne nach, fragt nach, untersucht, ist darauf aus, sein Wissen zu erweitern.

(J 546 <J.VI.287>)

๑๒. คนไม่หลงโลก

(ชีวิตที่ไม่ถลำพลาด)

บุคคลที่ไม่ประมาทมัวเมาจนตกเป็นทาสของโลกและชีวิต อย่างที่เรียกได้ว่า หลงโลก เมาชีวิต ก็เพราะมีสติ รู้จักมอง รู้จักพิจารณา รู้จักวางตัววางใจต่อความจริงต่างๆ อันมีประจำอยู่กับโลกและชีวิตเป็นคติธรรมดา ดังนี้

ก. รู้ทันโลกธรรม *คือ รู้จักพิจารณา รู้เท่าทัน ตั้งสติให้ถูกต้องต่อสภาวะอันหมุนเวียนเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ ในชีวิตที่อยู่ท่ามกลางโลก ซึ่งเรียกว่า* **โลกธรรม** *(ธรรมดาของโลกหรือความเป็นไปตามคติธรรมดา ซึ่งหมุนเวียนมาหาชาวโลก และชาวโลกก็หมุนเวียนตามมันไป) ๘ ประการ คือ*

ชื่นชม	*ขมขื่น*
๑. ได้ลาภ	***๒. เสื่อมลาภ***
๓. ได้ยศ	***๔. เสื่อมยศ***
๕. สรรเสริญ	***๖. นินทา***
๗. สุข	***๘. ทุกข์***

โลกธรรม ๘ นี้ จัดเป็น ๒ ฝ่าย คือ ที่ชื่นชมน่าปรารถนาน่าชอบใจ คนทั่วไปอยากได้ เรียกว่า *อิฏฐารมณ์* พวกหนึ่ง ที่ขมขื่น ไม่น่าปรารถนา ไม่น่าพอใจ คนทั่วไปเกลียดกลัว เรียกว่า *อนิฏฐารมณ์* พวกหนึ่ง แต่จะชอบใจอยากได้หรือไม่ก็ตาม โลกธรรมเหล่านี้ เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้แก่ทุกคน ทั้งแก่ปุถุชนผู้ไม่มีการศึกษา และแก่อริยสาวกผู้มีการศึกษา จะแตกต่างกัน ก็แต่การวางใจและการปฏิบัติตนต่อสิ่งเหล่านี้ กล่าวคือ

๑. ปุถุชนผู้ไม่มีการศึกษา ไม่รู้จักฝึกอบรมตน ย่อมไม่เข้าใจ ไม่รู้เท่าทันตามความเป็นจริง ลุ่มหลงลืมตน ยินดียินร้าย คราวได้ก็หลงใหลมัวเมา หรือลำพองจนเหลิงลอย คราวเสียก็หงอยละเหี่ยหมดกำลังหรือถึงกับ

12. Ein Mensch, der nicht in die Irre geht
(ein Leben ohne Fehltritte)

Eine Person ist dann nicht nachlässig und hingerissen, nicht von der Welt und vom Leben versklavt, nicht, wie es so schön heißt, „in der Welt verirrt, vom Leben berauscht", wenn sie achtsam ist und weiß, wie man genau hinschaut, wie man erwägt, wie man sich der Wirklichkeit stellt, die der Welt und dem Leben zugrunde liegt, als Lauf der Dinge. Nämlich so:

A. Mit Erkenntnis den Weltlichkeiten gewachsen sein: Sie kann kontemplieren, wirklichkeitsgemäß erkennen, Achtsamkeit einsetzen angesichts der Bedingungen des Lebens inmitten der Welt, die sich ständig im Kreis drehen und verändern, und als die acht *lokadhamma* bezeichnet werden (weltliche Erscheinungen, bzw. das Dasein nach dem Lauf der Dinge, die im Kreis herumwirbeln, die Wesen der Welt heimsuchen und mitnehmen, sie mit sich im Kreis herumwirbeln lassen):

süß	bitter
1. Gewinn	**2. Verlust**
3. Guter Ruf	**4. Schlechter Ruf**
5. Lob	**6. Tadel**
7. Wohl	**8. Wehe**

Diese acht weltlichen Erscheinungen werden in zwei Kategorien eingeteilt, nämlich die Gruppe der süßen, erwünschten, angenehmen, allgemein erstrebten, *iṭṭhārammaṇa* genannt, und die Gruppe der bitteren, unerwünschten, unangenehmen, allgemein gehasst und gefürchteten, *aniṭṭhārammaṇa* genannt. Aber ob wir sie nun mögen und haben wollen oder nicht, spielt keine Rolle; diese weltlichen Erscheinungen begegnen allen Menschen, den nicht unterrichteten Weltlingen wie auch den wohlunterrichteten edlen Schülern. Aber sie unterscheiden sich in ihrer Einstellung und Herangehensweise zu diesen Erscheinungen, und zwar:

1. Der nicht unterrichtete Weltling, der nichts von Übung weiß, versteht naturgemäß nicht, erkennt nicht wirklichkeitsgemäß, verliert sich in Mögen und Nicht-Mögen. Beim Gewinnen vergisst er sich, er begeistert sich oder wird hochgestimmt bis zum Übermut. Beim Verlieren wird er niedergeschlagen, verdrossen und kraftlos bis hin zum Verlust der

คลุ้มคลั่งไป ปล่อยให้โลกธรรมเข้าครอบงำย่ำยีจิต ฟูยุบเรื่อยไป ไม่พ้นจากทุกข์โศก

๒. ส่วนผู้มีการศึกษา เป็นอริยสาวก รู้จักพิจารณารู้เท่าทันตามความเป็นจริงว่า สิ่งเหล่านี้ ไม่ว่าอย่างไรก็ตาม ที่เกิดขึ้นแก่ตน ล้วนไม่เที่ยง ไม่คงทน ไม่สมบูรณ์ มีความแปรปรวนได้เป็นธรรมดา จึงไม่หลงใหลมัวเมาเคลิ้มไปตามอิฏฐารมณ์ ไม่ขุ่นมัวหม่นหมองคลุ้มคลั่งไปในเพราะอนิฏฐารมณ์ มีสติดำรงอยู่ได้ วางตัววางใจพอดี ไม่เหลิงในสุขและไม่ถูกทุกข์ท่วมทับ

ยิ่งกว่านั้น อริยสาวกอาจใช้โลกธรรมเหล่านั้นให้เป็นประโยชน์ เช่น ใช้อนิฏฐารมณ์เป็นบทเรียน บททดสอบ หรือเป็นแบบฝึกหัดในการพัฒนาตน และใช้อิฏฐารมณ์เป็นโอกาสหรือเป็นอุปกรณ์ในการสร้างสรรค์ความดีงามและบำเพ็ญคุณประโยชน์ให้ยิ่งขึ้นไป

(องฺ.อฏฺก. ๒๓/๙๖/๑๕๙)

ข. ไม่มองข้ามเทวทูต *คือ รู้จักมอง รู้จักพิจารณาสภาวะที่ปรากฏอยู่เสมอในหมู่มนุษย์ อันเป็นสัญญาณเตือนใจให้ระลึกถึงคติธรรมดาของชีวิต ที่ไม่ควรลุ่มหลงมัวเมา ซึ่งเรียกว่า* **เทวทูต** *(สื่อแจ้งข่าวของยมเทพ หรือตัวแทนของพญายม) ๕ อย่าง คือ*

๑. เด็กอ่อน ว่าคนเราทุกคนเกิดมา ก็อย่างนี้ เพียงเท่านี้

๒. คนแก่ ว่าทุกคน หากมีชีวิตอยู่ได้นาน ก็ต้องประสบภาวะเช่นนี้

๓. คนเจ็บ ว่าภาวะเช่นนี้ เราทุกคนอาจประสบได้ด้วยกันทั้งนั้น

๔. คนต้องโทษ ว่ากรรมชั่วนั้น ไม่ต้องพูดถึงตายไป แม้ในบัดนี้ก็มีผลเดือดร้อนเป็นทุกข์

๕. คนตาย ว่าภาวะเช่นนี้ เราทุกคนต้องได้พบ ไม่มีใครพ้น และกำหนดไม่ได้ว่า ที่ไหน เมื่อใด

Lebensfreude. Er lässt zu, dass die weltlichen Erscheinungen seinen Geist in Besitz nehmen und überwältigen. Es geht immer nur Auf und Ab; er entkommt Leid und Kummer nicht.

2. **Der unterrichtete Mensch**, **der edle Schüler dagegen** kann diese Erscheinungen wirklichkeitsgemäß erwägen und erkennen: Egal, was auf ihn zukommt, es ist ausnahmslos unbeständig und nicht von Dauer, unvollkommen und seiner Natur nach der Veränderung unterworfen. Deshalb vergisst er sich nicht, berauscht sich nicht, phantasiert nicht bei den erwünschten Dingen (*iṭṭhārammaṇa)* und wird nicht melancholisch, trübsinnig oder lebensmüde bei den unerwünschten Dingen (*aniṭṭhārammaṇa*). Er lässt Achtsamkeit walten und besitzt eine ausgewogene Einstellung und Herangehensweise. Im Glück hebt er nicht ab und im Unglück lässt er sich nicht hinwegschwemmen und niederdrücken.

Was noch besser ist, der edle Schüler kann diese weltlichen Erscheinungen zu seinem Vorteil einsetzen, die *aniṭṭhārammaṇa* etwa als Lektion oder Prüfstein, als Übung der inneren Entwicklung; und die *iṭṭhārammaṇa* setzt er als Gelegenheit oder Werkzeug ein, Gutes zu bewirken und innere Qualitäten immer besser umzusetzen.

(A 8.5 <A.IV.157>)

B. Die Götterboten nicht übersehen: Sie kann genau hinschauen und Lebensumstände kontemplieren, die jederzeit unter den Menschen sichtbar sind; es sind Wahrnehmungen, die dazu aufrütteln, an den Lauf des Lebens zu denken, über den man sich nichts vormachen sollte. Sie werden die fünf *devadūta* genannt (Boten oder Stellvertreter des Totengottes Yama):

1. **Ein verletzliches Kleinkind** sagt uns, dass wir alle geboren sind, so beschaffen und nicht mehr als nur das sind.

2. **Ein alter Mensch** sagt uns, dass wir alle, wenn wir lange genug leben, so einen Zustand erfahren werden.

3. **Ein Kranker** sagt uns, dass wir alle ebenfalls solche Erfahrungen machen können.

4. **Ein Sträfling** sagt uns, dass üble Handlungen sogar schon jetzt elende, leidvolle Folgen haben, ganz davon zu schweigen, was nach dem Tod geschieht.

5. **Ein Toter** sagt uns, dass wir alle sterben werden; keiner kann dem entkommen oder Ort und Zeit des Todes bestimmen.

มองเห็นสภาพเช่นนี้เมื่อใด เช่น เมื่อผ่านเข้าไปในสุสาน ทัณฑสถาน และโรงพยาบาลเป็นต้น ก็มิให้มีใจหดหู่หรือหวาดกลัว แต่ให้มีสติ รู้จักใช้ปัญญาพิจารณา จะได้เกิดความสังเวช เร่งขวนขวายประกอบแต่กัลยาณกรรม คือ การกระทำที่ดีงาม ดำเนินชีวิตด้วยความไม่มัวเมา ไม่ประมาท

(ม.อุ. ๑๔/๕๐๗/๓๓๕)

ค. คำนึงสูตรแห่งชีวิต *แม้ไม่ใช่เวลาที่มองเห็นเทวทูต ก็ควรพิจารณาอยู่เสมอ ตามหลักที่เรียกว่า* **อภิณหปัจจเวกขณ์** *(สิ่งที่ทุกคน ไม่ว่าหญิง ไม่ว่าชาย ไม่ว่าชาวบ้าน ไม่ว่าชาววัด ควรหัดพิจารณาเนืองๆ) ซึ่งมีอยู่ ๕ ประการ คือ*

๑. ชราธัมมตา **ควรพิจารณาเนืองๆ ว่า เรามีความแก่เป็นธรรมดา ไม่ล่วงพ้นความแก่ไปได้**

๒. พยาธิธัมมตา **ควรพิจารณาเนืองๆ ว่า เรามีความเจ็บป่วยไข้เป็นธรรมดา ไม่ล่วงพ้นความเจ็บป่วยไปได้**

๓. มรณธัมมตา **ควรพิจารณาเนืองๆ ว่า เรามีความตายเป็นธรรมดา ไม่ล่วงพ้นความตายไปได้**

๔. ปิยวินาภาวตา **ควรพิจารณาเนืองๆ ว่า เราจักต้องประสบความพลัดพราก ทั้งจากคนและของที่รักที่ชอบใจไปทั้งสิ้น**

๕. กัมมัสสกตา **ควรพิจารณาเนืองๆ ว่า เรามีกรรมเป็นของตน เราทำกรรมใด ดีก็ตาม ชั่วก็ตาม จักต้องเป็นทายาทของกรรมนั้น**

เมื่อพิจารณาอยู่เสมออย่างนี้ ก็จะช่วยป้องกันความมัวเมา ในความเป็นหนุ่มสาว ในทรัพย์สมบัติ และในชีวิต เป็นต้น บรรเทาความลุ่มหลงความถือมั่นยึดติด และป้องกันการทำความทุจริต ทำให้เร่งขวนขวายทำแต่สิ่งที่ดีงามเป็นประโยชน์

(องฺ.ปญฺจก. ๒๒/๕๗/๘๑)

Wann immer wir solche Zustände zu Gesicht bekommen, etwa wenn wir einen Friedhof betreten, ein Gefängnis oder ein Krankenhaus und so weiter, sollten wir nicht zurückschrecken oder uns ängstigen, sondern achtsam sein und wissen, wie man weise kontempliert, um Ernüchterung hervorzubringen, damit wir uns noch mehr um gute Taten bemühen, also um fruchtbares und achtbares Tun, um ein Leben frei von Trübung und Nachlässigkeit.

(M 130 <M.III.179>)

C. Den Algorithmus des Lebens bedenken: Selbst wenn sie nie diese Götterboten zu Gesicht bekommt, sollte sie stets die fünf Themen kontemplieren, die sich jeder Mensch, ob Frau oder Mann, ob Laie oder Mönch, immer wieder vor Augen führen sollte (*abhiṇhapaccavekkhaṇa*):

1. Jarādhammatā: Ich bin dem Altern unterworfen, ich bin dem Altern nicht entkommen.

2. Byādhidhammatā: Ich bin dem Kranksein unterworfen, ich bin dem Kranksein nicht entkommen.

3. Maraṇadhammatā: Ich bin dem Tode unterworfen, ich bin dem Tode nicht entkommen.

4. Piyavinābhāvatā: Alles, was mir lieb und angenehm ist, muss sich ändern und vergehen.

5. Kammassakatā: Ich bin der Eigner meiner Taten; welche Tat ich auch verübe, im Guten wie im Bösen, deren Erbe werde ich sein.

Wenn wir stets auf diese Weise kontemplieren, schützen wir uns vor der Berauschung an Jugendlichkeit, Reichtum, Leben und so weiter. Wir lichten die Verblendung und lockern das Anhaften, verhindern schlechtes Verhalten und bemühen uns noch mehr um fruchtbares, achtbares und nützliches Tun.

(A 5.57 <A.III.71>)

หมวดสาม

คนกับคน

❋

๑๓. คนร่วมชีวิต

(คู่ครองที่ดี)

คู่ครองที่ดี ที่จะเป็นคู่ร่วมชีวิตกันได้ นอกจากกามคุณแล้ว ควรมีคุณสมบัติ และประพฤติตามข้อปฏิบัติ ดังนี้

ก. คู่สร้างคู่สม *มีหลักธรรมของคู่ชีวิต ที่จะทำให้คู่สมรสมีชีวิตสอดคล้องกลมกลืนกัน เป็นพื้นฐานอันมั่นคงที่จะทำให้อยู่ครองกันได้ยืดยาว เรียกว่า* **สมชีวิธรรม ๔** *ประการ คือ*

๑. *สมสัทธา* **มีศรัทธาสมกัน** เคารพนับถือในลัทธิศาสนา สิ่งเคารพบูชา แนวความคิดความเชื่อถือ หรือหลักการต่างๆ ตลอดจนแนวความสนใจอย่างเดียวกัน หนักแน่นเสมอกัน หรือปรับเข้าหากัน ลงกันได้

๒. *สมสีลา* **มีศีลสมกัน** มีความประพฤติ ศีลธรรม จรรยา มารยาท พื้นฐานการอบรม พอเหมาะสอดคล้อง ไปกันได้

๓. *สมจาคา* **มีจาคะสมกัน** มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ความโอบอ้อมอารี ความมีใจกว้าง ความเสียสละ ความพร้อมที่จะช่วยเหลือเกื้อกูลผู้อื่น พอกลมกลืนกัน ไม่ขัดแย้งบีบคั้นกัน

๔. *สมปัญญา* **มีปัญญาสมกัน** รู้เหตุรู้ผล เข้าใจกัน อย่างน้อยพูดกันรู้เรื่อง

(องฺ.จตุกฺก. ๒๑/๕๕/๘๐)

Abschnitt Drei

Mensch und Mensch

13. Lebensgefährten
(gute Partner)

Damit gute Partner Gefährten fürs Leben sein können, sollten sie über das Glück der Sinnlichkeit hinaus auch noch innere Qualitäten besitzen und sich folgenden Punkten des Umgangs gemäß verhalten:

A. Ein Paar verwandter Seelen, die zueinander passen: Sie besitzen die Grundlagen einer Partnerschaft fürs Leben, die für ein harmonisches Eheleben sorgen, weil die Partner gut zueinander passen. Es ist eine verlässliche Basis, die es ermöglicht, lange zusammen zu sein, die man als die vier Tugenden für harmonisches Zusammenleben (*samajīvidhamma*) bezeichnet:

1. Samasaddhā: **Sie passen in Vertrauen zueinander**. Sie haben dieselbe Religion, dieselben spirituellen Werte und Ideale, dieselben Vorstellungen, denselben Glauben, dieselben Prinzipien bis hin zu denselben Interessensgebieten. Sie sind in diesen Eigenschaften gleichermaßen fest gesattelt, bzw. können sich darin einigen.

2. Samasīlā: **Sie passen in Ethik zueinander**. In Verhalten, Ethik, Benehmen, Umgangsformen, Erziehung harmonieren sie miteinander und ergänzen sie einander.

3. Samacāgā: **Sie passen in Großzügigkeit zueinander**. Sie walten in gleichem Maße Großzügigkeit, Gastfreundschaft, Gutherzigkeit, Opferbereitschaft und Hilfsbereitschaft, stimmen darin überein, ohne Konflikt und Streit.

4. Samapaññā: **Sie passen in Weisheit zueinander**. Sie sind vernünftig, verstehen einander und können auf jeden Fall sachlich miteinander reden.

(A 4.55 <A.II.61>)

ข. คู่ชื่นชมคู่ระกำ *หรือ คู่บุญคู่กรรม คือ คู่ครองที่มีคุณธรรม ลักษณะนิสัย ความประพฤติปฏิบัติ การแสดงออกต่อกัน ที่ทำให้เกื้อกูลกันหรือถูกกัน ก็มี ต้องยอมทนกันหรืออยู่กันอย่างขมขื่น ก็มี ในกรณีนี้ ท่านแสดง* **ภรรยา** *ประเภทต่างๆ ไว้* ***๗*** *ประเภท คือ*

๑. วธกาภริยา **ภรรยาเยี่ยงเพชฌฆาต** คือ ภรรยาที่มิได้อยู่กินด้วยความพอใจ ดูหมิ่น และคิดทำลายสามี

๒. โจรีภริยา **ภรรยาเยี่ยงโจร** คือ ภรรยาชนิดที่ล้างผลาญทรัพย์สมบัติ

๓. อัยยาภริยา **ภรรยาเยี่ยงนาย** คือ ภรรยาที่เกียจคร้าน ไม่ใส่ใจการงาน ปากร้าย หยาบคาย ชอบข่มสามี

๔. มาตาภริยา **ภรรยาเยี่ยงมารดา** คือ ภรรยาที่หวังดีเสมอ คอยห่วงใย เอาใจใส่ สามีหาทรัพย์มาได้ก็เอาใจใส่คอยประหยัดรักษา

๕. ภคินีภริยา **ภรรยาเยี่ยงน้องสาว** คือ ภรรยาผู้เคารพรักสามี ดังน้องรักพี่ มีใจอ่อนโยน รู้จักเกรงใจ มักคล้อยตามสามี

๖. สขีภริยา **ภรรยาเยี่ยงสหาย** คือ ภรรยาที่เป็นเหมือนเพื่อน มีจิตภักดี เวลาพบสามีก็ร่าเริงยินดี วางตัวดี ประพฤติดี มีกิริยามารยาทงาม เป็นคู่คิดคู่ใจ

๗. ทาสีภริยา **ภรรยาเยี่ยงนางทาสี** คือ ภรรยาที่ยอมอยู่ใต้อำนาจสามี ถูกสามีตะคอกตบตี ก็อดทน ไม่แสดงความโกรธตอบ

(องฺ.สตฺตก. ๒๓/๖๐/๙๒)

ท่านสอนให้ภรรยาสำรวจตนว่า ที่เป็นอยู่ ตนเป็นภรรยาประเภทไหน ถ้าจะให้ดี ควรเป็นภรรยาประเภทใด สำหรับชายอาจใช้เป็นหลักสำรวจอุปนิสัยของตนว่าควรแก่หญิงประเภทใดเป็นคู่ครอง และสำรวจหญิงที่จะเป็นคู่ครองว่าเหมาะกับอุปนิสัยตนหรือไม่

B. Herzliche Paare, schmerzliche Paare, bzw. „Miteinander in Segen oder Fluch". Es gibt Partner, die Eigenschaften besitzen, Charakterzüge, Verhaltensweisen und Umgangsformen, mit denen sie entweder einander unterstützen oder aber zur Last fallen, die entweder erfreulich sind oder erduldet und erlitten werden müssen. In Hinblick darauf hat der Buddha sieben Arten von Ehegattinnen erläutert:

1. Vadhakābhariyā: **die Gattin, die einer Mörderin gleicht**; sie ist anspruchsvoll, verachtet ihren Ehemann und hat vor, ihn zu brechen.

2. Corībhariyā: **die Gattin, die einer Diebin gleicht**; sie verprasst das Vermögen ihres Mannes.

3. Ayyābhariyā: **die Gattin, die einer Herrin gleicht**; sie ist faul und arbeitsscheu, spricht harsch und vulgär, hat ihren Mann gern unter ihrem Pantoffel.

4. Mātābhariyā: **die Gattin, die einer Mutter gleicht**; sie meint es immer gut mit ihrem Mann, kümmert sich um ihn, setzt sich für ihn ein; mit dem Einkommen ihres Mannes geht sie sparsam um.

5. Bhaginībhariyā: **die Gattin, die einer Schwester gleicht**; sie respektiert und liebt ihren Mann wie eine Schwester ihren älteren Bruder; sie ist sanftmütig und rücksichtsvoll und fügt sich ihrem Mann.

6. Sakhībhariyā: **die Gattin, die einer Kameradin gleicht**; sie ist wie eine gute loyale Freundin, die sich freut, wenn sie ihren Mann sieht; sie zeigt gutes Verhalten, gute Manieren und Umgangsformen; sie ist eine Partnerin in Herz und Geist.

7. Dasībhariyā: **die Gattin, die einer Dienerin gleicht**; sie ist bereit, sich ihrem Mann zu unterstellen; selbst wenn sie von ihrem Mann gescholten und geschlagen wird, erträgt sie es geduldig und reagiert nicht mit Zorn.

(A 7.59 <A.IV.91>)

Der Buddha lehrt, eine Frau sollte sich selbst prüfen, welche Art von Ehepartnerin sie ist, bzw. welche Art sie sein sollte. Ein Mann könnte nach demselben Prinzip seinen Charakter dahingehend ergründen, welche Art von Frau als Partnerin zu ihm passen würde, bzw. ob eine potenzielle Partnerin zu seinem Charakter passt oder nicht.

แม้สามีก็ย่อมมีหลายประเภท พึงเทียบเอาจากภรรยาประเภทต่างๆ เหล่านั้น

ค. คู่ศีลธรรมคู่ความดี *เอาหลักธรรมสำหรับการครองเรือน คือ* **ฆราวาสธรรม* ๔** *ประการมาใช้ต่อกันในบ้านด้วย ดังนี้*

๑. *สัจจะ* **ความจริง** คือ ซื่อสัตย์ต่อกัน ทั้งจริงใจ จริงวาจา และจริงในการกระทำ

๒. *ทมะ* **ฝึกตน** คือ รู้จักควบคุมจิตใจ ฝึกหัดดัดนิสัย แก้ไขข้อบกพร่องข้อขัดแย้ง ปรับตัวปรับใจเข้าหากัน และปรับปรุงตนให้ดีงามยิ่งขึ้นไป

๓. *ขันติ* **อดทน** คือ มีจิตใจเข้มแข็งหนักแน่น ไม่วู่วาม ทนต่อความล่วงล้ำก้ำเกินกัน และร่วมกันอดทนต่อความเหนื่อยยากลำบากตรากตรำฝ่าฟันอุปสรรคไปด้วยกัน

๔. *จาคะ* **เสียสละ** คือ มีน้ำใจ สามารถเสียสละความสุขสำราญความพอใจส่วนตนเพื่อคู่ครองได้ เช่น อดหลับอดนอนพยาบาลกันในยามเจ็บไข้ เป็นต้น ตลอดจนมีจิตใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อญาติมิตรสหายของคู่ครองไม่ใจแคบ

(สำ.ส. ๑๕/๘๔๕/๓๑๖)

ง. คู่ถูกหน้าที่ต่อกัน *สงเคราะห์ อนุเคราะห์กัน ตามหลักปฏิบัติในทิศ ๖ ข้อที่ว่าด้วย* **ทิศเบื้องหลัง**** *คือ*

สามีปฏิบัติต่อภรรยา โดย

๑. ยกย่องให้เกียรติสมฐานะที่เป็นภรรยา

๒. ไม่ดูหมิ่น

๓. ไม่นอกใจ

---

* ดู บันทึกท้ายเล่ม ข้อ ๖ หน้า ๘๒

** ดู บันทึกท้ายเล่ม ข้อ ๘ หน้า ๘๒

Natürlich gibt es auch viele verschiedene Arten von Ehemännern, die man ebenfalls nach dem Muster dieser verschiedenen Arten von Ehefrauen klassifizieren kann.

C. Partner in Ethik und Tugend: Sie richten sich im Umgang miteinander nach den vier Haushältertugenden* (*gharāvāsadhamma*):

1. Sacca, **Wahrhaftigkeit**: Sie sind zueinander aufrichtig, ehrlich im Herzen, in Worten und Taten.

2. Dama, **Selbstbeherrschung**: Sie können sich beherrschen, ihren Charakter schulen, Fehler korrigieren, Meinungsverschiedenheiten klären, sich aufeinander einstellen und sich selbst verbessern.

3. *Khanti,* **Geduld**: Sie sind gefestigt, nicht aufbrausend, sondern geduldig, wenn der Partner zu weit geht. Sie ertragen und meistern Anstrengungen, Schwierigkeiten und Hindernisse gemeinsam.

4. Cāga, **Loslassen**: Sie sind gütig und können ihre eigene Bequemlichkeit, ihr Wohlbefinden zugunsten des Partners hintanstellen, z.B. auf Schlaf verzichten, um den Partner in Zeiten der Krankheit zu pflegen. Sie besitzen eine hilfsbereite Einstellung den Verwandten und Freunden des Partners gegenüber und sind nicht engherzig.

(S 10.12 <S.I.215>)

D. Partner in gegenseitiger Verpflichtung: Sie helfen und unterstützen einander – nach der Lehre von der Beziehung zu den sechs Richtungen unter dem Punkt *Richtung „nach hinten" (Westen)*** – auf folgende Weise:

Der Ehemann verhält sich seiner Ehefrau gegenüber so:

1. Er erweist ihr die Achtung, die ihr als Ehefrau zusteht.

2. Er blickt nicht auf sie herab.

3. Er geht nicht fremd.

---

* Siehe Endnote 6, Seite 82.
** Siehe Endnote 8, Seite 82f.

๔. มอบความเป็นใหญ่ในงานบ้าน

๕. หาเครื่องแต่งตัวมาให้เป็นของขวัญตามโอกาส

ภรรยาอนุเคราะห์สามี โดย

๑. จัดงานบ้านให้เรียบร้อย

๒. สงเคราะห์ญาติมิตรทั้งสองฝ่ายด้วยดี

๓. ไม่นอกใจ

๔. รักษาทรัพย์สมบัติที่หามาได้

๕. ขยัน ช่างจัดช่างทำ เอางานทุกอย่าง

(ที.ปา. ๑๑/๒๐๑/๒๐๔)

จ. พ่อบ้านเห็นใจภรรยา *สตรีมีความทุกข์จำเพาะตัวอีกส่วนหนึ่ง ต่างหากจากผู้ชาย ซึ่งสามีพึงเข้าใจ และพึงปฏิบัติด้วยความเอาใจใส่ เห็นอกเห็นใจ คือ*

๑. ผู้หญิงต้องจากหมู่ญาติมาอยู่กับตระกูลของสามีทั้งที่ยังเป็นเด็กสาว สามีควรให้ความอบอุ่นใจ

๒. ผู้หญิงมีระดู ซึ่งบางคราวก่อปัญหาให้เกิดความแปรปรวนทั้งใจกาย ฝ่ายชายควรเข้าใจ

๓. ผู้หญิงมีครรภ์ ซึ่งยามนั้นต้องการความเอาใจใส่บำรุงกายใจเป็นพิเศษ

๔. ผู้หญิงคลอดบุตร ซึ่งเป็นคราวเจ็บปวดทุกข์แสนสาหัส และเสี่ยงชีวิตมาก สามีควรใส่ใจเหมือนเป็นทุกข์ของตน

๕. ผู้หญิงต้องคอยปรนเปรอเอาใจฝ่ายชาย ฝ่ายชายไม่ควรเอาแต่ใจตัว พึงซาบซึ้งในความเอื้อเฟื้อและมีน้ำใจตอบแทน

(นัย สำ.สฬ. ๑๘/๔๖๒/๒๙๗)

4. Er überträgt ihr den Haushaltsvorstand.

5. Er besorgt ihr gelegentlich Schmuck und Kleider als Geschenk.

Die Ehefrau hilft ihrem Ehemann so:

1. Sie organisiert und erledigt die Hausarbeit ordentlich.

2. Sie unterstützt Verwandte und Freunde auf beiden Seiten gut.

3. Sie geht nicht fremd.

4. Sie bewahrt alles Hab und Gut, das erworben wurde.

5. Sie ist fleißig, geschickt in Organisation und Ausführung, nimmt sich jeder Arbeit an.

(D 31 <D.III.192>)

E. Der Hausvater hat Verständnis für seine Ehefrau: Frauen haben spezielle Schwierigkeiten, die Männer nicht betreffen, auf die ein Ehemann Rücksicht nehmen sollte. Er sollte sich mit Verständnis und Einfühlungsvermögen darauf einstellen.

1. Eine Frau muss sich von ihren Verwandten trennen und bei der Familie ihres Ehemannes leben, selbst wenn sie noch jung an Jahren ist. Ihr Ehemann sollte für Wärme und Geborgenheit sorgen.

2. Eine Frau hat ihre Menstruation, die manchmal Beschwerden verursacht und körperliche und emotionale Unregelmäßigkeiten hervorruft. Ein Mann sollte das verstehen.

3. Eine Frau kann schwanger werden. Zu dieser Zeit braucht sie besondere Zuwendung und Unterstützung für Körper und Geist.

4. Eine Frau kann Kinder gebären, was eine extrem schmerzhafte Phase ist, die sogar lebensbedrohlich sein kann. Der Ehemann sollte sich um seine Frau kümmern, als ob es sein eigenes Leid wäre.

5. Eine Frau muss ihren Mann verwöhnen und sich um ihn kümmern. Ihr Mann sollte das nicht für selbstverständlich halten, sondern ihre Wohltaten wertschätzen und mit Sympathie erwidern.

(nach S 37.2 <S.IV.239>)

๑๔. คนรับผิดชอบตระกูล

(หัวหน้าครอบครัวที่ดี)

ผู้ที่เป็นหัวหน้าครอบครัว นอกจากปฏิบัติตามหลักธรรมอื่นๆ ที่กล่าวมาข้างต้น เช่น เป็นคนที่รู้จักทำมาหาเลี้ยงชีพเป็นต้นแล้ว พึงปฏิบัติตามหลักธรรมเกี่ยวกับความรับผิดชอบต่อวงศ์ตระกูลบางอย่าง ต่อไปนี้

ก. รักษาตระกูลให้คงอยู่ *โดยปฏิบัติตามหลักธรรมสำหรับดำรงความมั่งคั่งของตระกูลให้ยั่งยืน หรือเหตุที่ทำให้ตระกูลมั่งคั่งตั้งอยู่ได้นาน เรียกว่า* **กุลจิรัฏฐิติธรรม ๔** *อย่าง คือ*

๑. *นัฏฐคเวสนา* ของหายของหมด รู้จักหามาไว้

๒. *ชิณณปฏิสังขรณา* ของเก่าของชำรุด รู้จักบูรณะซ่อมแซม

๓. *ปริมิตปานโภชนา* รู้จักประมาณในการกิน การใช้

๔. *อธิปัจจสีลวันตสถาปนา* ตั้งหญิงหรือชายมีศีลธรรมเป็นพ่อบ้านแม่เรือน

(อง.จตุกก. ๒๑/๒๕๙/๓๓๗)

ข. บูชาคนที่เหมือนไฟ *บุคคลต่อไปนี้เปรียบเหมือนไฟ ถ้าปฏิบัติถูกต้องย่อมเกิดคุณมาก แต่ถ้าปฏิบัติผิดอาจเกิดโทษร้ายแรง เป็นเหมือนไฟเผาผลาญตัว จึงควรปฏิบัติดุจพวกนับถือการบูชาไฟในสมัยโบราณ บำเรอไฟที่ตนบูชาด้วยความเอาใจใส่ระมัดระวังตั้งใจทำให้ถูกต้อง เพราะมีความเคารพยำเกรง เรียกว่า* **อัคคิปาริจริยา** *(ไฟที่ควรบำรุง หรือบุคคลที่ควรบูชาด้วยการใส่ใจบำรุงเลี้ยง และให้ความเคารพนับถือตามควรแก่ฐานะ ดุจไฟบูชาของผู้บูชาไฟ) มี ๓ อย่าง คือ*

๑. *อาหุไนยัคคิ* **ไฟที่ควรแก่ของคำนับ** ได้แก่บิดามารดา

๒. *คหปตัคคิ* **ไฟประจำตัวเจ้าบ้าน** ได้แก่บุตร ภรรยา และคนในปกครอง

14. Ein Mensch, der Verantwortung für die Familie trägt (ein gutes Familienoberhaupt)

Ein Familienoberhaupt sollte außer den eingangs bereits erwähnten Prinzipien, wie zum Beispiel den Fähigkeiten als kluger Ernährer, noch einige weitere Grundsätze befolgen, die mit der Verantwortung für die Familientradition zu tun haben und im Folgenden aufgelistet sind:

A. Er ist ein Garant für den Fortbestand der Familie, indem er Punkte befolgt, die zu festem Zusammenhalt der Familie beitragen, für ihren Fortbestand – die vier Ursachen für lange währenden Zusammenhalt der Familie (*kulaciraṭṭhitidhamma*):

1. Naṭṭha-gavesanā: Wenn Dinge verloren gegangen oder aufgebraucht sind, ersetzt er sie.

2. Jiṇṇa-paṭisaṅkharaṇā: Alte oder abgenutzte Dinge renoviert oder repariert er.

3. Parimita-pānabhojanā: Er weiß sich bei Konsum und Gebrauch zu mäßigen.

4. Adhipacca-sīlavanta-ṭhapanā: Er setzt eine Frau oder einen Mann mit ethischer Einstellung als Haushaltsvorstand ein.

(A 4.255 <A.II.249>)

B. Er ehrt Menschen, die wie Feuer sind. Die folgenden Personen werden mit Feuer verglichen; wenn man korrekt damit umgeht, ist das naturgemäß segensreich, aber bei falschem Umgang entsteht großer Schaden, wie bei Feuer, mit dem man sich selbst verbrennt. Daher sollte man sich so verhalten wie die Feueranbeter in alter Zeit, die sich sorgfältig, vorsichtig und gewissenhaft um ihr verehrtes Feuer kümmerten, aus Respekt und Ehrfurcht. Man spricht von drei Arten von *aggipāricariyā* (Feuer, das genährt werden sollte, bzw. Personen, die geehrt werden sollten, indem man sich um ihren Unterhalt kümmert und ihnen ihrem Status entsprechend Respekt erweist, so wie damals die Feueranbeter ihrem verehrten Feuer):

1. Āhuneyyaggi: **das geschenkwürdige Feuer** – die Eltern.

2. Gahapataggi: **das persönliche Feuer des Haushälters** – Kinder, Ehefrau und Schutzbefohlene.

๓. ทักขิไณยัคคิ **ไฟทักขิไณย** ได้แก่บรรพชิต หรือพระภิกษุสงฆ์ผู้ทรงศีล ซึ่งทำหน้าที่สั่งสอน ผดุงธรรม ที่ประพฤติดี ปฏิบัติชอบ ไม่ประมาทมัวเมา

(ที.ปา. ๑๑/๒๒๘/๒๒๙)

ค. ใส่ใจบุตรธิดา *ในฐานะที่เป็นบิดามารดา พึงรู้จัก* **บุตร ๓** *ประเภท และให้การศึกษาอบรมให้เป็นบุตรชนิดที่ดีที่สุด คือ*

๑. อภิชาตบุตร **บุตรที่ยิ่งกว่าบิดามารดา** ดีเลิศกว่าพ่อแม่

๒. อนุชาตบุตร **บุตรที่ตามเยี่ยงบิดามารดา** เสมอด้วยพ่อแม่

๓. อวชาตบุตร **บุตรที่ต่ำลงกว่าบิดามารดา** เสื่อมทรามทำลายวงศ์ตระกูล

(ขุ.อิติ. ๒๕/๒๕๒/๒๗๙)

ง. ทำหน้าที่ผู้มาก่อน *คือ พึงอนุเคราะห์บุตรธิดาตามหลักปฏิบัติในฐานะที่บิดามารดาเป็นเสมือน* **ทิศเบื้องหน้า*** *ดังนี้*

๑. ห้ามปรามป้องกันจากความชั่ว

๒. ดูแลฝึกอบรมให้ตั้งอยู่ในความดี

๓. ให้ศึกษาศิลปวิทยา

๔. เป็นธุระในเรื่องจะมีคู่ครองที่สมควร

๕. มอบทรัพย์สมบัติให้เมื่อถึงโอกาส

(ที.ปา. ๑๑/๑๙๘/๒๐๒)

จ. เป็นราษฎรที่มีคุณภาพ *ครอบครัวเป็นหน่วยสังคมพื้นฐาน ที่จะเป็นส่วนประกอบช่วยให้ประเทศชาติเจริญรุ่งเรืองมั่นคง ดังนั้น หัวหน้าครอบครัวที่ดี พึงเป็นราษฎรที่ดีของรัฐด้วย โดยครองตนเป็นพลเมืองที่ดีตามหลักปฏิบัติในบทที่ ๑๑ ข้อ จ.*

---

* ดู บันทึกท้ายเล่ม ข้อ ๘ หน้า ๘๒

3. Dakkhineyyaggi: **das spendenwürdige Feuer** – tugendhafte Ordinierte oder Mönche, die ihre Pflicht erfüllen, indem sie lehren, die Lehre weitertragen, sich gut und richtig verhalten, nicht nachlässig oder verblendet sind.

(D 33 <D.III.217>)

C. Er kümmert sich um seine Kinder. Als Elternteil sollte er die drei Arten von Kindern kennen und so für ihre Bildung und Erziehung sorgen, dass sie sich zu Kindern der bestmöglichen Sorte entwickeln:

1. Abhijātaputta: ein Kind, das seine Eltern übertrifft, besser ist als sie.

2. Anujātaputta: ein Kind, das seinen Eltern nachfolgt, ihnen gleicht.

3. Avajātaputta: ein Kind, das seinen Eltern nicht nachkommt und die Familienlinie in den Niedergang und Verfall führt.

(It 74 <It.62>)

D. Er erfüllt seine Pflichten als Elternteil. Er sollte seine Kinder unterstützen, nach den Richtlinien für Eltern, die mit der *Richtung „nach vorn" (Osten)* verglichen werden*, und zwar auf folgende Weise:

1. Sie warnen und schützen sie vor Übel.
2. Sie schulen und festigen sie im Guten.
3. Sie sorgen für Bildung und Wissen.
4. Wenn es soweit ist, kümmern sie sich um passende Partner.
5. Zur richtigen Zeit übergeben sie ihren Besitz als Erbschaft.

(D 31 <D.III.191>)

E. Er ist ein guter Bürger. Die Familie ist die Grundlage und Keimzelle der Gesellschaft, die als solche zu Wohlstand, Erfolg und Stabilität des Landes beiträgt. Daher sollte ein gutes Familienoberhaupt auch ein guter Bürger seines Landes sein, indem er sich nach den Grundsätzen aus Kapitel 11, Absatz E verhält.

* Siehe Endnote 8, Seite 82f.

๑๕. คนสืบตระกูล

(ทายาทที่ดี)

ผู้เป็นทายาท นอกจากจะรับทรัพย์สมบัติและวงศ์ตระกูลมารักษาสืบต่อแล้ว จะต้องรับเอาหน้าที่และคุณธรรมต่างๆ ที่เกี่ยวกับการรักษาวงศ์ตระกูล มาปฏิบัติสืบต่อไปด้วย แต่ในเบื้องต้น ในฐานะที่เป็นทายาทที่ดี พึงปฏิบัติตามหลักธรรมต่อไปนี้

ก. เปิดประตูสู่ความเจริญก้าวหน้า *ดำเนินตามหลักธรรมที่เป็นทวารแห่งประโยชน์สุข หรือข้อปฏิบัติที่เป็นดุจประตูชัยอันเปิดออกไปสู่ความเจริญก้าวหน้าของชีวิต ที่เรียกว่า* **วัฒนมุข ๖*** *ประการ ต่อไปนี้*

๑. *อาโรคยะ* **รักษาสุขภาพดี** มีลาภอันประเสริฐ คือความไร้โรคทั้งจิตและกาย

๒. *ศีล* **มีระเบียบวินัย** ประพฤติดีมีมรรยาทงาม ไม่ก่อความเดือดร้อนแก่สังคม

๓. *พุทธานุมัต* **ได้คนดีเป็นแบบอย่าง** ศึกษาเยี่ยงนิยมแบบอย่างของมหาบุรุษพุทธชน

๔. *สุตะ* **ตั้งใจเรียนให้รู้จริง** เล่าเรียนค้นคว้าให้รู้เชี่ยวชาญ ใฝ่สดับเหตุการณ์ให้รู้เท่าทัน

๕. *ธรรมานุวัติ* **ทำแต่สิ่งที่ถูกต้องดีงาม** ดำรงมั่นในสุจริต ทั้งชีวิตและงานดำเนินตามธรรม

๖. *อลีนตา* **มีความขยันหมั่นเพียร** มีกำลังใจแข็งกล้า ไม่ท้อถอยเฉื่อยชา เพียรก้าวหน้าเรื่อยไป

(ขุ.ชา. ๒๗/๘๔/๒๗)

---

* ดู บันทึกท้ายเล่ม ข้อ ๗ หน้า ๘๒

15. Erhalter der Familienlinie
(ein würdiger Erbe)

Ein Erbe muss sich nicht nur um das ihm anvertraute Vermögen und den Fortbestand der Familie kümmern, sondern im weiteren Verlauf auch verschiedene Pflichten übernehmen und Qualitäten annehmen, die im Zusammenhang mit dem Bewahren der Familienlinie stehen. Aber zunächst sollte er sich als würdiger Erbe nach folgenden Grundsätzen richten:

A. Die Tür zu Wachstum und Fortschritt öffnen: Er geht nach Prinzipien vor, die wie Tore zu Wohlergehen und Glück sind, bzw. sechs Punkte der Praxis, die einem Siegestor gleichen, das sich zu Wachstum und Fortschritt im Leben hin öffnet (*vaḍḍhanamukha*)*:

1. Ārogya: **Er kümmert sich um seine Gesundheit**. Er besitzt das höchste Gut, nämlich Freiheit von Krankheit in Geist und Körper.

2. Sīla: **Er besitzt Selbstdisziplin**. Er verhält sich tugendhaft, hat gute Manieren und bereitet der Gesellschaft keinerlei Schwierigkeiten.

3. Buddhānumata: **Er nimmt sich gute Menschen zum Vorbild**. Er studiert und befolgt das Vorbild großer Menschen, erwachter Wesen.

4. Suta: **Er ist entschlossen zu lernen, um wirklich zu wissen**. Er lernt und forscht nach, um Fachkenntnis zu erlangen, und interessiert sich für diverse Vorgänge, um auf dem Laufenden zu bleiben.

5. Dhammānuvati: **Er beschäftigt sich nur mit guten, achtbaren Dingen**. Er ist fest in rechtschaffenem Verhalten verankert und richtet sein Leben und seine Arbeit in Aufrichtigkeit aus.

6. Alinatā: **Er ist fleißig und sorgfältig**. Er besitzt innere Stärke und Courage, ist nicht mutlos oder träge, sondern strebt unermüdlich voran.

(J 84 <J.I.366>)

* Siehe Endnote 7, Seite 82.

ข. ปิดช่องทางที่เข้ามาของความเสื่อม *หลีกเว้นความประพฤติที่เป็นช่องทางของความเสื่อมความพินาศ ซึ่งจะเป็นเหตุให้โภคทรัพย์ย่อยยับไป ที่เรียกว่า* **อบายมุข ๖** *ประการ คือ*

๑. ติดสุรายาเมา ซึ่งมีโทษ ๖

๑) ทรัพย์หมดไป ๆ เห็นชัด ๆ

๒) ก่อการทะเลาะวิวาท

๓) ทำลายสุขภาพ

๔) เสื่อมเกียรติเสียชื่อเสียง

๕) ทำให้แสดงด้าน ไม่รู้จักอาย

๖) ทอนกำลังปัญญา

๒. เอาแต่เที่ยวกลางคืน ซึ่งมีโทษ ๖

๑) เป็นการไม่รักษาตัว

๒) เป็นการไม่รักษาลูกเมีย

๓) เป็นการไม่รักษาทรัพย์สมบัติ

๔) เป็นที่ระแวงสงสัย

๕) เป็นเป้าให้เขาใส่ความหรือข่าวลือ

๖) เป็นทางมาของเรื่องเดือดร้อนเป็นอันมาก

๓. จ้องจะดูการเล่น ซึ่งมีโทษ ทำให้การงานเสื่อมเสีย เพราะใจกังวล คอยคิดจ้อง และเสียเวลาเมื่อไปดูสิ่งนั้นๆ เช่น เต้นรำที่ไหน ขับร้อง ดนตรี ที่ไหน ไปที่นั่น

๔. ไม่เว้นการพนัน ซึ่งมีโทษ ๖

๑) เมื่อชนะ ย่อมก่อเวร

๒) เมื่อแพ้ ก็เสียดายทรัพย์ที่เสียไป

๓) ทรัพย์หมดไปๆ เห็นชัดๆ

๔) เข้าที่ประชุม เขาไม่เชื่อถือถ้อยคำ

B. Dem Ruin keinen Zugang gewähren: Er vermeidet ein Verhalten, das für Ruin und Untergang den Weg bereitet, das zum Schwinden seines Besitzes führt, genannt die sechs Wege in den Abgrund (*apāyamukha*):

1. **Von Drogen und Alkohol abhängig sein**, was sechs schädliche Auswirkungen hat:

1) Das Vermögen schmilzt zusehends dahin.

2) Streit wird provoziert.

3) Die Gesundheit wird zerrüttet.

4) Der Ruf wird ruiniert.

5) Man zeigt peinliches Benehmen ohne Schamgefühl.

6) Die Intelligenz verringert sich.

2. **Sich herumtreiben ungeachtet der Tages- und Nachtzeit**, was sechs schädliche Auswirkungen hat:

1) Man schützt sich nicht selbst.

2) Man schützt Kinder und Ehefrau nicht.

3) Man schützt den eigenen Besitz nicht.

4) Man macht sich verdächtig.

5) Man macht sich zur Zielscheibe für Nachrede und Gerüchte.

6) Man bereitet einer Menge Schwierigkeiten den Weg.

3. **Nur auf Vergnügen und Unterhaltung aus sein**, was die schädliche Auswirkung hat, dass man seine Arbeit vernachlässigt, weil man nur damit beschäftigt ist, an Vergnügungen zu denken, und seine Zeit damit verschwendet, sie zu besuchen; wo immer Tanz, Gesang oder Musik geboten wird, dort geht man hin.

4. **Sich dem Glücksspiel hingeben**, was sechs schädliche Auswirkungen hat:

1) Wenn man gewinnt, schafft man sich Feinde.

2) Wenn man verliert, tut es einem Leid um das Verlorene.

3) Das Vermögen schmilzt zusehends dahin.

4) In Versammlungen gilt das eigene Wort nichts.

๕) เป็นที่หมิ่นประมาทของเพื่อนฝูง

๖) ไม่เป็นที่พึงประสงค์ของผู้จะหาคู่ครองให้ลูกของเขา เพราะเห็นว่าจะเลี้ยงลูกเมียไม่ไหว

๕. มั่วสุมมิตรชั่ว ซึ่งมีโทษทำให้กลายไปเป็นคนชั่วอย่างคนที่ตนคบ ทั้ง ๖ ประเภท คือ ได้เพื่อนที่ชักนำให้กลายเป็นนักการพนัน นักเลงผู้หญิง นักเลงเหล้า นักลวงของปลอม นักหลอกนักต้ม และนักเลงหัวไม้

๖. มัวแต่เกียจคร้าน ซึ่งมีโทษ ทำให้ยกเหตุต่างๆ เป็นข้ออ้าง ผัดเพี้ยน ไม่ทำการงาน โภคะใหม่ก็ไม่เกิด โภคะที่มีอยู่ก็หมดสิ้นไป คือ ให้อ้างไปทั้ง ๖ กรณี ว่า หนาวนัก ร้อนนัก เย็นไปแล้ว ยังเช้านัก หิวนัก อิ่มนัก แล้วไม่ทำการงาน

(ที.ปา. ๑๑/๑๗๙/๑๙๖)

ค. เชื่อมสายสัมพันธ์กับบุรพการี *คือ ในฐานะที่เป็นบุตรธิดา พึงเคารพบิดามารดา ผู้เปรียบเสมือน* **ทิศเบื้องหน้า*** *ดังนี้*

๑. ท่านเลี้ยงเรามาแล้ว เลี้ยงท่านตอบ

๒. ช่วยทำกิจธุระการงานของท่าน

๓. ดำรงวงศ์สกุล

๔. ประพฤติตนให้เหมาะสมกับความเป็นทายาท

๕. เมื่อท่านล่วงลับไปแล้ว ทำบุญอุทิศให้ท่าน

(ที.ปา. ๑๑/๑๙๙/๒๐๒)

ง. มีหลักประกันของชีวิตที่พัฒนา *พระพุทธเจ้าตรัสว่า ลูกๆ คือเด็กทั้งหลาย เป็นฐานรองรับมนุษยชาติ ลูกในครอบครัวคือเด็กในสังคม ควรได้รับการฝึกอบรมให้เป็นผู้มีคุณสมบัติที่เป็นต้นทุนในตัว ซึ่งจะทำให้พร้อมที่จะก้าวหน้าไปในการศึกษาพัฒนาชีวิตของตน และเป็นสมาชิกที่มีคุณค่า*

---

* ดู บันทึกท้ายเล่ม ข้อ ๘ หน้า ๘๒

5) Im Freundeskreis erntet man Verachtung.

6) Man gilt nicht als Wunschpartner, weil ersichtlich ist, dass man nicht in der Lage ist, eine Familie zu ernähren.

5. **Sich mit falschen Freunden abgeben**, was die schädliche Auswirkung hat, dass man sich in einen schlechten Menschen verwandelt und jenen Menschen gleicht, mit denen man Umgang hat. Davon gibt es sechs Arten; das heißt, man hat Freunde, die einen dazu verführen, ein Spieler zu werden, ein Schürzenjäger, ein Trinker, ein Fälscher, ein Betrüger und Abzocker und ein Randalierer.

6. **In Faulheit versumpfen**, was den Nachteil hat, dass man nach Ausflüchten sucht, sich vor der Arbeit zu drücken, so dass kein neues Einkommen entsteht und alte Mittel aufgebraucht werden. Die sechs Arten von Ausflüchten sind: „Es ist zu kalt", „es ist zu heiß", „es ist schon zu spät", „es ist noch zu früh", „ich bin zu hungrig", „ich bin zu satt" – und dann bleibt die Arbeit liegen.

(D 31 <D.III.182>)

C. Eine feste Bindung mit den Zuvorkommenden eingehen: Als Sohn oder Tochter sollte man die Eltern respektieren, die mit der *Richtung „nach vorn" (Osten)* verglichen werden*, und zwar so:

1. Sie haben uns aufgezogen, wir kümmern uns um sie im Gegenzug.

2. Wir helfen ihnen bei ihren Pflichten, Aufgaben und Arbeiten.

3. Wir setzen die Familientradition fort.

4. Wir verhalten uns auf angemessene Weise als ihre Erben.

5. Nach ihrem Tod, widmen wir ihnen unsere verdienstvollen Handlungen.

(D 31 <D.III.191>)

D. Die Absicherung für ein Leben in Reife: Der Buddha verkündete, dass die Nachkommen, also alle Kinder, die Basis der Menschheit sind. Die Kinder in der Familie sind Kinder der Gesellschaft. Sie sollten Erziehung und Ausbildung erhalten, um Menschen mit Tugend als inneres Startkapital zu werden, das sie auf Weiterentwicklung und Reife im Leben vorbereitet und zu wertvollen Mitgliedern der Gesellschaft macht.

* Siehe Endnote 8, Seite 82f.

ของสังคม ด้วยการปลูกฝังคุณสมบัติที่เรียกว่า **แสงเงินแสงทองของชีวิตที่ดีงาม** *หรือ* **รุ่งอรุณของการศึกษา ๗** *ประการ ดังนี้*

๑. แสวงแหล่งปัญญาและแบบอย่างที่ดี

๒. มีวินัยเป็นฐานของการพัฒนาชีวิต

๓. มีจิตใจใฝ่รู้ใฝ่สร้างสรรค์

๔. มุ่งมั่นฝึกตนจนเต็มสุดภาวะที่ความเป็นคนจะให้ถึงได้

๕. ยึดถือหลักเหตุปัจจัยมองอะไรๆ ตามเหตุและผล

๖. ตั้งตนอยู่ในความไม่ประมาท

๗. ฉลาดคิดแยบคายให้ได้ประโยชน์และความจริง

ดูคำอธิบายใน ***หมวดนำ คนกับความเป็นคน*** **๑. คนผู้เป็นสัตว์ประเสริฐ**

Dies geschieht, indem sieben Tugenden gepflanzt und verwurzelt werden, die man als **Glanz eines fruchtbaren und achtbaren Lebens** bezeichnet oder als **Morgenröte der Herzensbildung:**

1. Nach Quellen der Weisheit und guten Vorbildern trachten.

2. Selbstdisziplin als Grundlage der Lebensentwicklung besitzen.

3. Ein Herz haben, das an Wissen und Aufbau interessiert ist.

4. Sich der Übung zur vollen Verwirklichung des menschlichen Potenzials widmen.

5. Sich an das Prinzip der Bedingtheit halten, alles im Sinne von Ursache und Wirkung betrachten.

6. Sich in Umsicht verankern.

7. Kluges, weises Denken, um Nutzen und Wahrheit zu erlangen.

Siehe hierzu die Erklärungen im einleitenden Abschnitt, **„Mensch und Menschsein“, 1. Kapitel, „Der Mensch ist ein besonderes Wesen“**.

๑๖. คนที่จะคบหา

(มิตรแท้–มิตรเทียม)

การคบเพื่อนเป็นสิ่งสำคัญ มีผลต่อความเจริญก้าวหน้าและความเสื่อมของชีวิตอย่างมาก จึงควรทราบหลักธรรมเกี่ยวกับเรื่องมิตรที่เป็นข้อสำคัญๆ ไว้ ในที่นี้จะแสดงเรื่องคนที่ควรคบ คนที่ไม่ควรคบ และหลักปฏิบัติต่อกันระหว่างมิตรสหาย ดังต่อไปนี้

ก. มิตรเทียม *พึงรู้จักมิตรเทียม หรือศัตรูผู้มาในร่างของมิตร* **(มิตรปฏิรูปก์)** ***๔*** *ประเภท ดังนี้*

๑. คนปอกลอก ขนเอาของเพื่อนไปฝ่ายเดียว *(หรชน*)* มีลักษณะ ๔

๑) คิดเอาแต่ได้ฝ่ายเดียว

๒) ยอมเสียน้อย โดยหวังจะเอาให้มาก

๓) ตัวมีภัย จึงมาช่วยทำกิจของเพื่อน

๔) คบเพื่อน เพราะเห็นแก่ประโยชน์

๒. คนดีแต่พูด *(วจีบรม)* มีลักษณะ ๔

๑) ดีแต่ยกของหมดแล้วมาปราศรัย

๒) ดีแต่อ้างของยังไม่มีมาปราศรัย

๓) สงเคราะห์ด้วยสิ่งที่หาประโยชน์มิได้

๔) เมื่อเพื่อนมีกิจ อ้างแต่เหตุขัดข้อง

๓. คนหัวประจบ *(อนุปิยภาณี)* มีลักษณะ ๔

๑) จะทำชั่วก็เอออ

๒) จะทำดีก็เอออ

๓) ต่อหน้าสรรเสริญ

---

* ดู บันทึกท้ายเล่ม ข้อ ๙ หน้า ๘๓

16. Menschen des persönlichen Umgangs
(echte Freunde – falsche Freunde)

Umgang mit Freunden ist wichtig. Er hat großen Einfluss auf Fortschritt und Wachstum oder aber Verfall im Leben. Daher sollten wir die wichtigsten Lehren zum Thema Freunde kennen. An dieser Stelle geht es darum, mit welchen Personen wir Umgang pflegen sollten und mit welchen nicht, sowie um Punkte zur Beziehung unter Freunden.

A. Falsche Freunde: Wir sollten die vier Arten von falschen Freunden oder Feinden in Freundesgestalt erkennen (*mittapaṭirūpaka*). Diese sind:

1. **Der Fledderer**, der einzig Freundesgut verschleppt (*harajana**), er hat vier Merkmale:
    1) Er denkt ausschließlich an Zugewinn.
    2) Er ist nur wenig einsatzbereit, erwartet, viel zu bekommen.
    3) Nur in Gefahr erfüllt er Freundschaftspflichten.
    4) Er verkehrt mit dem Freund nur mit Eigennutz im Blick.

2. **Der Schwätzer**, der nur gut im Reden ist (*vacīparama*), hat vier Merkmale:
    1) Er kann sich gut über Dinge ausbreiten, die nicht mehr sind.
    2) Er kann sich gut über Dinge ausbreiten, die noch nicht sind.
    3) Er hilft mit Dingen, die nutzlos sind.
    4) Wenn der Freund Hilfe braucht, hat er Ausflüchte bereit.

3. **Der Schmeichler** (*anupiyabhāṇī*) hat vier Merkmale:
    1) Hat der Freund Schlechtes vor, stimmt er zu.
    2) Hat der Freund Gutes vor, stimmt er zu.
    3) Von Angesicht zu Angesicht lobt er ihn.

* Siehe Endnote 9, Seite 83.

๔) ลับหลังนินทา

๔. คนชวนฉิบหาย *(อปายสหาย)* มีลักษณะ ๔

๑) คอยเป็นเพื่อนดื่มน้ำเมา

๒) คอยเป็นเพื่อนเที่ยวกลางคืน

๓) คอยเป็นเพื่อนเที่ยวดูการละเล่น

๔) คอยเป็นเพื่อนไปเล่นการพนัน

ข. มิตรแท้ *พึงรู้จักมิตรแท้ หรือมิตรด้วยใจจริง* **(สุหทมิตร) ๔** *ประเภท ดังนี้*

๑. มิตรอุปการะ *(อุปการก์)* มีลักษณะ ๔

๑) เพื่อนประมาท ช่วยรักษาเพื่อน

๒) เพื่อนประมาท ช่วยรักษาทรัพย์สินของเพื่อน

๓) เมื่อมีภัย เป็นที่พึ่งพำนักได้

๔) มีกิจจำเป็น ช่วยออกทรัพย์ให้เกินกว่าที่ออกปาก

๒. มิตรร่วมสุขร่วมทุกข์ *(สมานสุขทุกข์)* มีลักษณะ ๔

๑) บอกความลับแก่เพื่อน

๒) รักษาความลับของเพื่อน

๓) มีภัยอันตรายไม่ละทิ้ง

๔) แม้ชีวิตก็สละให้ได้

๓. มิตรแนะนำประโยชน์ *(อัตถักขายี)* มีลักษณะ ๔

๑) จะทำชั่วเสียหาย คอยห้ามปรามไว้

๒) แนะนำสนับสนุนให้ตั้งอยู่ในความดี

๓) ให้ได้ฟังได้รู้สิ่งที่ไม่เคยได้รู้ได้ฟัง

๔) บอกทางสุขทางสวรรค์ให้

4) Hinter seinem Rücken lästert er über ihn.

4. **Der Verführer zum Untergang** (*apāyasahāya*) hat vier Merkmale:

1) Er ist ein Trinkkumpan.

2) Er ist ein Kumpan im Nachtleben.

3) Er ist ein Kumpan beim Besuch von Vergnügungsshows.

4) Er ist ein Kumpan beim Glücksspiel.

B. Echte Freunde: Wir sollten die vier Arten echter Freunde oder Freunde mit aufrichtigem Herzen erkennen (*suhadamitta*). Diese sind:

1. **Der Helfer** (*upakāraka*); er hat vier Merkmale:

1) Ist der Freund nachlässig, kümmert er sich um ihn.

2) Ist der Freund nachlässig, bewahrt er seinen Besitz.

3) Ist der Freund bedroht, kann er ihm Zuflucht und Asyl sein.

4) Hat der Freund Bedarf, stellt er mehr bereit als erbeten.

2. **Der Freund in Freud und Leid** (*samānasukhadukkha*) hat vier Merkmale:

1) Er teilt dem Freund Vertrauliches mit.

2) Er behält Vertrauliches des Freundes für sich.

3) Bei Gefahr lässt er den Freund nicht im Stich.

4) Er ist sogar bereit, sein Leben für ihn zu geben.

3. **Der gute Ratgeber** (*atthakkhāyī*) hat vier Merkmale:

1) Er hält den Freund davon ab, üble Taten zu begehen.

2) Er fördert und festigt den Freund im Guten.

3) Er lehrt den Freund Dinge, die dieser noch nicht kennt.

4) Er erläutert dem Freund den Weg zum Wohl, zur Himmelswelt.

๔. มิตรมีใจรัก *(อนุกัมปี*)* มีลักษณะ ๔

๑) เพื่อนมีทุกข์ พลอยไม่สบายใจ (ทุกข์ ทุกข์ด้วย)

๒) เพื่อนมีสุข พลอยแช่มชื่นยินดี (สุข สุขด้วย)

๓) เขาติเตียนเพื่อน ช่วยยับยั้งแก้ให้

๔) เขาสรรเสริญเพื่อน ช่วยพูดเสริมสนับสนุน

(ที.ปา. ๑๑/๑๙๒/๒๐๑)

ค. มิตรต่อมิตร *พึงสงเคราะห์อนุเคราะห์กัน ตามหลักปฏิบัติในฐานะที่เป็นเสมือน* **ทิศเบื้องซ้าย**** *ดังนี้*

พึงปฏิบัติต่อมิตรสหาย ดังนี้

๑. เผื่อแผ่แบ่งปัน

๒. พูดจามีน้ำใจ

๓. ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน

๔. มีตนเสมอ ร่วมสุขร่วมทุกข์ด้วย

๕. ซื่อสัตย์จริงใจ

มิตรสหายอนุเคราะห์ตอบ ดังนี้

๑. เมื่อเพื่อนประมาท ช่วยรักษาป้องกัน

๒. เมื่อเพื่อนประมาท ช่วยรักษาทรัพย์สมบัติของเพื่อน

๓. ในคราวมีภัย เป็นที่พึ่งได้

๔. ไม่ละทิ้งในยามทุกข์ยาก

๕. นับถือตลอดถึงวงศ์ญาติของมิตร

(ที.ปา. ๑๑/๒๐๒/๒๐๔)

---

* ดู บันทึกท้ายเล่ม ข้อ ๑๐ หน้า ๘๓

** ดู บันทึกท้ายเล่ม ข้อ ๘ หน้า ๘๒

4. **Der liebevolle Freund** (*anukampī**) hat vier Merkmale:

1) Erfährt der Freund Leid, nimmt er Anteil (Mitleid).

2) Erfährt der Freund Glück, freut er sich darüber (Mitfreude).

3) Tadelt jemand den Freund, verteidigt er ihn.

4) Lobt jemand den Freund, stimmt er zu.

(D 31 <D.III.185>)

C. Von Freund zu Freund: Freunde, die mit der *Richtung „nach links" (Norden)* verglichen werden**, sollten einander helfen und beistehen; und zwar so:

Man sollte sich seinen Freunden gegenüber so verhalten:

1. Man teilt mit ihnen.
2. Man spricht auf erbauliche Weise mit ihnen.
3. Man hilft ihnen und fördert sie.
4. Man geht mit ihnen durch Glück und Leid gleichermaßen.
5. Man ist ehrlich und aufrichtig.

Freunde stehen einem im Gegenzug so bei:

1. Ist der Freund nachlässig, kümmern sie sich und schützen ihn.
2. Ist der Freund nachlässig, bewahren sie seinen Besitz.
3. Ist der Freund bedroht, können sie ihm Zuflucht sein.
4. Sie lassen ihn in Leid und Schwierigkeiten nicht im Stich.
5. Sie respektieren die Familie und Angehörigen ihres Freundes.

(D 31 <D.III.189>)

* Siehe Endnote 10, Seite 83.
** Siehe Endnote 8, Seite 82f.

๑๗. คนงาน–นายงาน

(ลูกจ้าง–นายจ้าง)

คนที่มาทำกิจการงานร่วมกัน ในฐานะลูกจ้างฝ่ายหนึ่ง และนายจ้างฝ่ายหนึ่ง ควรปฏิบัติต่อกันให้ถูกต้องตามหน้าที่ เพื่อความสัมพันธ์อันดีต่อกัน และเพื่อให้งานได้ผลดี โดยทำตามหลักปฏิบัติในทิศ ๖ ข้อที่ว่าด้วย **ทิศเบื้องล่าง*** *ดังนี้*

ก. นายจ้าง *พึงบำรุงคนรับใช้และคนงาน ดังนี้*

๑. จัดงานให้ทำ ตามความเหมาะสมกับกำลัง เพศ วัย ความสามารถ

๒. ให้ค่าจ้างรางวัลสมควรแก่งานและความเป็นอยู่

๓. จัดสวัสดิการดี มีช่วยรักษาพยาบาลในยามเจ็บไข้ เป็นต้น

๔. มีอะไรได้พิเศษมา ก็แบ่งปันให้

๕. ให้มีวันหยุด และพักผ่อนหย่อนใจ ตามโอกาสอันควร

ข. คนรับใช้และคนงาน มีน้ำใจช่วยเหลือนาย ดังนี้

๑. เริ่มทำงานก่อน

๒. เลิกงานทีหลัง

๓. เอาแต่ของที่นายให้

๔. ทำการงานให้เรียบร้อยและดียิ่งขึ้น

๕. นำความดีของนายงานและกิจการไปเผยแพร่

(ที.ปา. ๑๑/๒๐๓/๒๐๕)

---

* ดู บันทึกท้ายเล่ม ข้อ ๘ หน้า ๘๒

17. Arbeiter und Chef
(Arbeitnehmer – Arbeitgeber)

Menschen, die bei der Arbeit zusammen wirken, als Arbeitnehmer einerseits und als Arbeitgeber andererseits, sollten im gegenseitigen Umgang ihren jeweiligen Pflichten gerecht werden, zum Wohle einer guten Beziehung zueinander und um gute Ergebnisse bei der Arbeit zu erzielen. Dies geschieht nach der Lehre von den sechs Richtungen unter dem Punkt *Richtung „nach unten“* (Nadir)* auf folgende Weise:

A. Der Arbeitgeber sollte seine Diener und Angestellten so fördern:

1. Er teilt ihnen Arbeit zu, die ihren Kräften, Geschlecht, Alter und Fähigkeiten entspricht.

2. Er gibt ihnen ein Gehalt, das für ihre Arbeit und für ihr Dasein angemessen ist.

3. Er arrangiert gute Fürsorge, z.B. medizinische Versorgung.

4. Er teilt mit ihnen besonderen Zugewinn.

5. Er gibt ihnen angemessenen Urlaub und Ruhepausen.

B. Ein Diener oder Angestellter unterstützt seinen Arbeitgeber so:

1. Er fängt vor ihm mit der Arbeit an.

2. Er hört nach ihm mit der Arbeit auf.

3. Er nimmt nur, was ihm der Arbeitgeber gibt.

4. Er macht seine Arbeit ordentlich und trachtet nach Verbesserung.

5. Er verbreitet Gutes über seinen Arbeitgeber und die Arbeit.

(D 31 <D.III.189>)

* Siehe Endnote 8, Seite 82f.

หมวดสี่

คนกับมรรคา

❋

๑๘. คนผู้สั่งสอนหรือให้การศึกษา

(ครู อาจารย์ หรือผู้แสดงธรรม)

ผู้ทำหน้าที่สั่งสอน ให้การศึกษาแก่ผู้อื่น โดยเฉพาะครู อาจารย์ พึงประกอบด้วยคุณสมบัติ และประพฤติตามหลักปฏิบัติ ดังนี้

ก. เป็นกัลยาณมิตร *คือ ประกอบด้วยองค์คุณของกัลยาณมิตร หรือ* **กัลยาณมิตรธรรม ๗** *ประการ ดังนี้*

๑. *ปิโย* **น่ารัก** คือ มีเมตตากรุณา ใส่ใจคนและประโยชน์สุขของเขา เข้าถึงจิตใจ สร้างความรู้สึกสนิทสนมเป็นกันเอง ชวนใจผู้เรียนให้อยากเข้าไปปรึกษาไต่ถาม

๒. *ครุ* **น่าเคารพ** คือ เป็นผู้หนักแน่น ถือหลักการเป็นสำคัญ และมีความประพฤติสมควรแก่ฐานะ ทำให้เกิดความรู้สึกอบอุ่นใจ เป็นที่พึ่งได้และปลอดภัย

๓. *ภาวนีโย* **น่าเจริญใจ** คือ มีความรู้จริง ทรงภูมิปัญญาแท้จริง และเป็นผู้ฝึกฝนปรับปรุงตนอยู่เสมอ เป็นที่น่ายกย่องควรเอาอย่าง ทำให้ศิษย์เอ่ยอ้างและรำลึกถึงด้วยความซาบซึ้ง มั่นใจ และภาคภูมิใจ

๔. *วตฺตา* **รู้จักพูดให้ได้ผล** คือ รู้จักชี้แจงให้เข้าใจ รู้ว่าเมื่อไรควรพูดอะไร อย่างไร คอยให้คำแนะนำว่ากล่าวตักเตือน เป็นที่ปรึกษาที่ดี

๕. *วจนกฺขโม* **อดทนต่อถ้อยคำ** คือ พร้อมที่จะรับฟังคำปรึกษา ซักถาม แม้จุกจิก ตลอดจนคำล่วงเกินและคำตักเตือนวิพากษ์วิจารณ์ต่างๆ อดทนฟังได้ ไม่เบื่อหน่าย ไม่เสียอารมณ์*

---

* ดู บันทึกท้ายเล่ม ข้อ ๑๑ หน้า ๘๓

Abschnitt Vier

Mensch und Weg

18. Der Lehrer oder Ausbilder
(Lehrer, Mentor, Meister)

Wer damit beschäftigt ist, andere zu lehren oder auszubilden, insbesondere Lehrer und Mentoren, sollte folgende Qualitäten besitzen bzw. nach folgenden Verhaltensgrundsätzen vorgehen:

A. Er ist ein wirklich guter Freund, das heißt, er verkörpert die Werte eines guten Freundes, bzw. er besitzt die folgenden sieben Eigenschaften eines wirklich guten Freundes (*kalyāṇamittadhamma*):

1. *Piyo:* **Er ist liebenswürdig**. Er besitzt Wohlmeinen und Mitgefühl, setzt sich für seine Schüler und ihr Wohlergehen ein, vermittelt ihnen ein Gefühl der Nähe und Vertrautheit und ermutigt sie, auf ihn zuzukommen, wenn sie Rat suchen und Fragen haben.

2. Garu: **Er verdient Respekt**. Er besitzt innere Festigkeit, ist seinen Prinzipien treu und verhält sich seiner Position angemessen. Er vermittelt ein Gefühl der Geborgenheit, Zuflucht und Sicherheit.

3. Bhāvanīyo: **Er ist nachahmenswert**. Er ist wirklich kundig, wahrhaft weise und arbeitet ständig an sich selbst. Es ist vorbildlich, so dass seine Schüler mit Wertschätzung, Überzeugung und Stolz von ihm sprechen und an ihn denken.

4. Vattā: **Er kann wirkungsvoll sprechen**. Er weiß, wie man sich verständlich ausdrückt, wann und wie man das Richtige sagen sollte. Er ist bereit, bei Bedarf zu ermahnen, und ist ein guter Ratgeber.

5. Vacanakkhamo: **Er ist ansprechbar**. Er hat ein offenes Ohr für Ratsuchende und Fragen, selbst für unbedeutende. Sogar bei verbalen Übergriffen oder Kritik hört er geduldig zu, wird nicht verdrossen oder schlecht gelaunt.*

---

* Siehe Endnote 11, Seite 83.

๖. *คมฺภีรญฺจ กถํ กตฺตา* **แถลงเรื่องล้ำลึกได้** คือ กล่าวชี้แจงเรื่องต่างๆ ที่ยุ่งยากลึกซึ้งให้เข้าใจได้ และสอนศิษย์ให้ได้เรียนรู้เรื่องราวที่ลึกซึ้งยิ่งขึ้นไป

๗. *โน จฏฺฐาเน นิโยชเย* **ไม่ชักนำในอฐาน** คือ ไม่ชักจูงไปในทางที่เสื่อมเสีย หรือเรื่องเหลวไหลไม่สมควร

(องฺ.สตฺตก. ๒๓/๓๔/๓๓)

ข. ตั้งใจประสิทธิ์ความรู้ *โดยตั้งตนอยู่ในธรรมของผู้แสดงธรรม ที่เรียกว่า* **ธรรมเทศกธรรม ๕** *ประการ คือ*

๑. *อนุปุพฺพิกถา* **สอนให้มีขั้นตอนถูกลำดับ** คือ แสดงหลักธรรมหรือเนื้อหา ตามลำดับความง่ายยากลุ่มลึก มีเหตุผลสัมพันธ์ต่อเนื่องกันไปโดยลำดับ

๒. *ปริยายทสฺสาวี* **จับจุดสำคัญมาขยายให้เข้าใจเหตุผล** คือ ชี้แจงยกเหตุผลมาแสดง ให้เข้าใจชัดในแต่ละแง่แต่ละประเด็น อธิบายยักเยื้องไปต่างๆ ให้มองเห็นกระจ่างตามแนวเหตุผล

๓. *อนุทยตา* **ตั้งจิตเมตตาสอนด้วยความปรารถนาดี** คือ สอนเขาด้วยจิตเมตตา มุ่งจะให้เป็นประโยชน์แก่ผู้รับคำสอน

๔. *อนามิสนฺตร* **ไม่มีจิตเพ่งเล็งมุ่งเห็นแก่อามิส** คือ สอนเขามิใช่มุ่งที่ตนจะได้ลาภ สินจ้าง หรือผลประโยชน์ตอบแทน

๕. *อนุปหัจจ์** **วางจิตตรงไม่กระทบตนและผู้อื่น** คือ สอนตามหลักตามเนื้อหา มุ่งแสดงอรรถ แสดงธรรม ไม่ยกตน ไม่เสียดสีข่มขี่ผู้อื่น

(องฺ.ปญฺจก. ๒๒/๑๕๙/๒๐๕)

ค. มีลีลาครูครบทั้งสี่ *ครูที่สามารถมีลีลาของนักสอน ดังนี้*

๑. *สันทัสสนา* **ชี้ให้ชัด** จะสอนอะไร ก็ชี้แจงแสดงเหตุผล แยกแยะอธิบาย ให้ผู้ฟังเข้าใจแจ่มแจ้ง ดังจูงมือไปดูเห็นกับตา

---

* ดู บันทึกท้ายเล่ม ข้อ ๑๒ หน้า ๘๓

6. *Gambhīrañca kathaṁ kattā:* **Er kann Tiefgründiges erklären**. Er kann schwierige und tiefgründige Themen klar darlegen und bringt damit seinen Schülern bei, zunehmend tiefere Sachverhalte zu erfassen.

7. No caṭṭhāne niyojaye: **Er führt nicht in die Irre**. Er führt nicht auf Abwege und verführt nicht zu nutzlosen oder unangemessenen Dingen.

(A 7.36 <A.IV.32>)

B. Er widmet sich der Wissensvermittlung, indem er sich in den fünf Qualitäten eines Lehrverkünders gründet (*dhammadesakadhamma*):

1. Anupubbikathā: **Er lehrt schrittweise in richtiger Reihenfolge**. Er erklärt die Prinzipien bzw. den Inhalt der Lehren, von den leichten zu den schwierigen, von den seichten zu den tiefen, mit Begründung und Zusammenhang in der Abfolge.

2. Pariyāyadassāvī: **Er stellt die wichtigen Punkte heraus, führt sie aus, vermittelt die Hintergründe**. Er zeigt Gründe auf und klärt jeden einzelnen Aspekt und jedes Thema. Er erklärt sie abwechslungsreich, auf unterschiedliche Weise, so dass sie jeder nach den Regeln der Vernunft klar erkennen kann.

3. Anudayatā: **Sein Herz ist in Wohlmeinen gegründet; er lehrt mit guten Absichten**. Er lehrt andere mit gütigem Herzen, wünscht, dass seine Lehrtätigkeit für die Zuhörer von Nutzen ist.

4. Anāmisantara: **Er ist nicht auf materielle Vorteile aus**. Er lehrt andere nicht aus Gier nach Zugewinn, für Bezahlung oder andere Vergünstigungen als Entgelt.

5. Anupahacca:* **Er ist unparteiisch, spielt nicht auf sich und andere an**. Er vermittelt Prinzip und Essenz, hat Bedeutung und Inhalt im Sinn, ohne sich selbst zu erheben oder sarkastisch andere herabzuwürdigen.

(A 5.159 <A.III.184>)

C. Er verfügt über die Anmut eines Lehrers. Ein fähiger Lehrer besitzt diese vier Formen von Anmut eines Lehrexperten:

1. Sandassanā: **Klären**; was er auch lehrt, das erklärt und analysiert er vernünftig; er nimmt seine Zuhörer bei der Hand, lässt sie selbst sehen.

* Siehe Endnote 12, Seite 83.

๒. *สมาทปนา* **ชวนให้ปฏิบัติ** คือ สิ่งใดควรทำ ก็บรรยายให้มองเห็นความสำคัญ และซาบซึ้งในคุณค่า เห็นสมจริง จนผู้ฟังยอมรับ อยากลงมือทำ หรือนำไปปฏิบัติ

๓. *สมุตเตชนา* **เร้าให้กล้า** คือ ปลุกใจให้คึกคัก เกิดความกระตือรือร้น มีกำลังใจแข็งขัน มั่นใจที่จะทำให้สำเร็จ ไม่กลัวเหน็ดเหนื่อยหรือยากลำบาก

๔. *สัมปหังสนา* **ปลุกให้ร่าเริง** คือ ทำบรรยากาศให้สนุกสดชื่น แจ่มใส เบิกบานใจ ให้ผู้ฟังแช่มชื่น มีความหวัง มองเห็นผลดีและทางสำเร็จ

จำง่ายๆ ว่า สอนให้ ***แจ่มแจ้ง จูงใจ แกล้วกล้า ร่าเริง***

(เช่น ที.สี. ๙/๑๙๘/๑๖๑)

ง. มีหลักตรวจสอบสาม *เมื่อพูดอย่างรวบรัดที่สุด ครูอาจตรวจสอบตนเองด้วยลักษณะการสอนของพระบรมครู ๓ ประการ คือ*

๑. สอนด้วยความรู้จริง รู้จริง ทำได้จริง จึงสอนเขา

๒. สอนอย่างมีเหตุผล ให้เขาพิจารณาเข้าใจแจ้งด้วยปัญญาของเขาเอง

๓. สอนให้ได้ผลจริง สำเร็จความมุ่งหมายของเรื่องที่สอนนั้นๆ เช่น ให้เข้าใจได้จริง เห็นความจริง ทำได้จริง นำไปปฏิบัติได้ผลจริง เป็นต้น

(องฺ.ติก. ๒๐/๕๖๕/๓๕๖)

จ. ทำหน้าที่ครูต่อศิษย์ *คือ ปฏิบัติต่อศิษย์ โดยอนุเคราะห์ตามหลักธรรมเสมือนเป็น* **ทิศเบื้องขวา*** *ดังนี้*

๑. แนะนำฝึกอบรมให้เป็นคนดี

๒. สอนให้เข้าใจแจ่มแจ้ง

๓. สอนศิลปวิทยาให้สิ้นเชิง

---

* ดู บันทึกท้ายเล่ม ข้อ ๘ หน้า ๘๒

2. Samādapanā: **Auffordern;** er erläutert, was zu tun ist, so dass seine Zuhörer die Wichtigkeit der Praxis erkennen, von ihrem Wert überzeugt sind, sie akzeptieren und bereit sind, sich daranzumachen, sie umzusetzen.

3. Samuttejanā: **Aufrütteln**; er rüttelt auf zu Einsatzbereitschaft und Enthusiasmus, gibt inneren Halt und eine Entschlossenheit zum Erfolg, die Anstrengungen und Schwierigkeiten nicht fürchtet.

4. Sampahaṁsanā: **Ermuntern**; er schafft eine heitere, klare, entspannte, fröhliche Atmosphäre; gibt seinen Zuhörern Hoffnung und Aussicht auf gute Resultate und den Weg zum Erfolg.

Was der Lehrer bewirkt (Merksatz): **Merken, Machen, mutig, munter.**

(z.B. in D 5 <D.I.126>)

D. Er legt die dreifache Messlatte an. Kurz gesagt, ein Lehrer könnte sich selbst überprüfen anhand der drei Merkmale der Lehrweise des Höchsten Lehrers [des Buddha]:

1. Er lehrt mit eigenem wahrem Wissen: Erst wenn er etwas wirklich weiß und es auch anwenden kann, lehrt er andere.

2. Er lehrt mit Begründung: Er sorgt dafür, dass andere selbst erwägen und mit eigener Weisheit klar verstehen können.

3. Er lehrt effektiv: Er sorgt dafür, dass die Lernziele erreicht werden, also dass [seine Schüler] wirklich verstehen, die Wahrheit erkennen und anwenden können. Er führt sie zu effektiver Praxis und so weiter.

(A 3.126 <A.I.276>)

E. Er erfüllt die Lehrerpflichten gegenüber seinen Schülern. Ein Lehrer , der mit der *Richtung „nach rechts" (Süden)** zu vergleichen ist, fördert [seine Schüler] nach folgenden Prinzipien:

1. Er gibt ihnen Anleitung, schult sie darin, gute Menschen zu sein.

2. Er vermittelt klares Verständnis.

3. Er bringt Bildung und Wissen zum Abschluss.

* Siehe Endnote 8, Seite 82f.

๔. ส่งเสริมยกย่องความดีงามความสามารถให้ปรากฏ

๕. สร้างเครื่องคุ้มภัยในสารทิศ คือ สอนฝึกศิษย์ให้ใช้วิชาเลี้ยงชีพได้จริงและรู้จักดำรงตนด้วยดี ที่จะเป็นประกันให้ดำเนินชีวิตดีงามโดยสวัสดี มีความสุขความเจริญ*

(ที.ปา. ๑๑/๒๐๐/๒๐๓)

* ดู บันทึกท้ายเล่ม ข้อ ๑๓ หน้า ๘๓

4. Er fördert gute, achtbare Qualitäten, vermittelt Fähigkeiten.

5. Er gibt Schutz vor Gefahr rundum: Er lehrt und schult seine Schüler darin, ihr Leben aufrichtig zu führen, sich auf gute Art zu erhalten, als Lebensversicherung für Glück und Gedeihen.*

(D 31 <D.III.189>)

* Siehe Endnote 13, Seite 83.

๑๙. คนผู้เล่าเรียนศึกษา

(นักเรียน นักศึกษา นักค้นคว้า)

คนที่เล่าเรียนศึกษา จะเป็นนักเรียน นักศึกษา หรือนักค้นคว้าก็ตาม นอกจากจะพึงปฏิบัติตามหลักธรรมสำหรับคนที่จะประสบความสำเร็จ คือ จักร ๔* และอิทธิบาท ๔* แล้ว ยังมีหลักการที่ควรรู้ และหลักปฏิบัติที่ควรประพฤติอีก ดังต่อไปนี้

ก. รู้หลักบุพภาคของการศึกษา *คือ รู้จักองค์ประกอบที่เป็น* **ปัจจัยแห่งสัมมาทิฏฐิ ๒** *ประการ ดังนี้*

๑. องค์ประกอบภายนอกที่ดี ได้แก่ **มีกัลยาณมิตร** หมายถึง รู้จักหาผู้แนะนำสั่งสอน ที่ปรึกษา เพื่อน หนังสือ ตลอดจนสิ่งแวดล้อมทางสังคมโดยทั่วไป ที่ดี ที่เกื้อกูล ซึ่งจะชักจูง หรือกระตุ้นให้เกิดปัญญาได้ ด้วยการฟัง การสนทนา ปรึกษา ซักถาม การอ่าน การค้นคว้า ตลอดจนการรู้จักเลือกใช้สื่อมวลชนให้เป็นประโยชน์

๒. องค์ประกอบภายในที่ดี ได้แก่ **โยนิโสมนสิการ** หมายถึง การใช้ความคิดถูกวิธี รู้จักคิด หรือคิดเป็น คือ มองสิ่งทั้งหลายด้วยความคิดพิจารณา สืบสาวหาเหตุผล แยกแยะสิ่งนั้นๆ หรือปัญหานั้นๆ ออกให้เห็นตามสภาวะและตามความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัย จนเข้าถึงความจริง และแก้ปัญหาหรือทำประโยชน์ให้เกิดขึ้นได้

กล่าวโดยย่อว่า

ข้อหนึ่ง รู้จักพึ่งพาให้ได้ประโยชน์จากคนและสิ่งที่แวดล้อม

ข้อสอง รู้จักพึ่งตนเอง และทำตัวให้เป็นที่พึ่งของผู้อื่น

(ม.มู. ๑๒/๔๙๗/๕๓๙)

---

* ดู บทที่ ๙

19. Der Lernende
(Schüler, Student, Forscher)

Ein Lernender, egal, ob als Schüler, Student oder Forscher, sollte außer den Prinzipien für die Praxis zum Erfolg, nämlich den vier Rädern (*cakka*) und den vier Erfolgsspuren (*iddhipāda*)*, noch weitere Prinzipien kennen und weitere Praktiken beherzigen, die hier beschrieben werden:

A. Die Vorbedingungen des Lernens kennen: Er kennt die zwei Faktoren, die Bedingungen für richtige Anschauung (*sammādiṭṭhi*) sind, und zwar:

1. **Guter äußerer Faktor**: Er hat echte gute Freunde, das heißt, er weiß, wie man sich gute Lehrer, Ratgeber, Freunde sucht, die richtigen Bücher aussucht und ein gutes, hilfreiches gesellschaftliches Umfeld nutzt, das zum Entstehen von Weisheit führt oder beiträgt. Das findet durch Zuhören statt, durch Gespräch, Beratung, Fragestellung, Lesen, Forschen und beinhaltet richtigen, selektiven Umgang mit den Massenmedien.

2. **Guter innerer Faktor**: Er wendet weises Erwägen (*yonisomanasikāra*) an, das heißt, er setzt den Denkprozess korrekt ein, er versteht zu denken, er kann denken; er betrachtet die Dinge mit Erwägung, er dringt zu den Ursachen und Wirkungen vor; er analysiert eine Angelegenheit bzw. ein Problem nach dessen Beschaffenheit und Bedingungszusammenhang, bis er zur wahren Natur vordringt und das Problem lösen, bzw. einen Nutzen hervorbringen kann.

Kurz gesagt:

1. Wisse, wie du dich zum eigenen Vorteil auf andere und dein Umfeld verlassen kannst.

2. Wisse, wie du dich zum Vorteil anderer auf dich selbst verlassen kannst.

(M 43 <M.I.294>)

* Siehe Kapitel 9.

ข. มีหลักประกันของชีวิตที่พัฒนา *เมื่อรู้หลักบุพภาคของการศึกษา ๒ อย่างแล้ว พึงนำมาปฏิบัติในชีวิตจริง พร้อมกับสร้างคุณสมบัติอื่นอีก ๕ ประการให้มีในตน รวมเป็นองค์ ๗ ที่เรียกว่า* **แสงเงินแสงทองของชีวิตที่ดีงาม** *หรือ* **รุ่งอรุณของการศึกษา** *ที่พระพุทธเจ้าทรงเปรียบว่าเหมือนแสงอรุณเป็นบุพนิมิตแห่งอาทิตย์อุทัย เพราะเป็นคุณสมบัติต้นทุนที่เป็นหลักประกันว่า จะทำให้ก้าวหน้าไปในการศึกษา และชีวิตจะพัฒนาสู่ความดีงามและความสำเร็จที่สูงประเสริฐอย่างแน่นอน ดังต่อไปนี้*

๑. แสวงแหล่งปัญญาและแบบอย่างที่ดี

๒. มีวินัยเป็นฐานของการพัฒนาชีวิต

๓. มีจิตใจใฝ่รู้ใฝ่สร้างสรรค์

๔. มุ่งมั่นฝึกตนจนเต็มสุดภาวะที่ความเป็นคนจะให้ถึงได้

๕. ยึดถือหลักเหตุปัจจัยมองอะไรๆ ตามเหตุและผล

๖. ตั้งตนอยู่ในความไม่ประมาท

๗. ฉลาดคิดแยบคายให้ได้ประโยชน์และความจริง

ดูคำอธิบายใน ***หมวดนำ คนกับความเป็นคน ๑. คนผู้เป็นสัตว์ประเสริฐ***

ค. ทำตามหลักเสริมสร้างปัญญา *ในทางปฏิบัติ อาจสร้างปัจจัยแห่งสัมมาทิฏฐิ ๒ อย่างข้างต้นนั้นได้ ด้วยการปฏิบัติตามหลัก* **วุฒิธรรม*** *(หลักการสร้างความเจริญงอกงามแห่งปัญญา) ๔ ประการ*

๑. สัปปุริสสังเสวะ **เสวนาผู้รู้** คือ รู้จักเลือกหาแหล่งวิชา คบหาท่านผู้รู้ ผู้ทรงคุณความดี มีภูมิธรรมภูมิปัญญาน่านับถือ

---

* ดู บันทึกท้ายเล่ม ข้อ ๑๔ หน้า ๘๓

B. Eine Absicherung haben für ein Leben in Reife: Wenn er die beiden Vorbedingungen des Lernens kennt, sollte er sie ernsthaft in seiner Lebensführung erfüllen und zugleich noch fünf weitere Qualitäten in sich entfalten. Das sind dann zusammen sieben Faktoren, die als **Glanz eines fruchtbaren und achtbaren Lebens** bezeichnet werden oder als **Morgenröte der Herzensbildung**. Der Buddha verglich sie mit der Morgenröte, die das Vorzeichen des Sonnenaufgangs ist, weil diese Qualitäten das Startkapital sind, als Absicherung dafür, beim Lernen voranzukommen und das Leben garantiert in Richtung Tugend und großartige Erfolge reifen zu lassen. Es sind die folgenden:

1. Nach Quellen der Weisheit und guten Vorbildern trachten.

2. Selbstdisziplin als Grundlage der Lebensentwicklung besitzen.

3. Ein Herz haben, das an Wissen und Aufbau interessiert ist.

4. Sich der Übung zur vollen Verwirklichung des menschlichen Potenzials widmen.

5. Sich an das Prinzip der Bedingtheit halten, alles im Sinne von Ursache und Wirkung betrachten.

6. Sich in Umsicht verankern.

7. Kluges, weises Denken, um Nutzen und Wahrheit zu erlangen.

Siehe hierzu die Erklärungen im einleitenden Abschnitt, **„Mensch und Menschsein", 1. Kapitel, „Der Mensch ist ein besonderes Wesen"**.

C. Prinzipien befolgen, die Weisheit hervorbringen und fördern: In der praktischen Umsetzung mag er die eingangs erwähnten zwei Bedingungen für richtige Anschauung (*sammādiṭṭhi*) schaffen, indem er die vier Prinzipien zur Förderung des Wachstums von Weisheit (*vuḍḍhidhamma**) befolgt:

1. Sappurisasaṁvesa; **Umgang mit kundigen Menschen**: Er weiß, wie man Quellen des Wissens aussucht; er hat Umgang mit kundigen Menschen, mit guten, tugendhaften Menschen, die eine Ebene der Wahrheit und der Weisheit erlangt haben, die Respekt verdient.

* Siehe Endnote 14, Seite 83.

๒. *สัทธัมมัสสวนะ* **ฟังดูคำสอน** คือ เอาใจใส่สดับตรับฟังคำบรรยาย คำแนะนำสั่งสอน แสวงหาความรู้ ทั้งจากตัวบุคคลโดยตรง และจากหนังสือ หรือสื่อมวลชน ตั้งใจเล่าเรียน ค้นคว้า หมั่นปรึกษาสอบถาม ให้เข้าถึงความรู้ที่จริงแท้

๓. *โยนิโสมนสิการ* **คิดให้แยบคาย** คือ รู้ เห็น ได้อ่าน ได้ฟังสิ่งใด ก็รู้จักคิดพิจารณาด้วยตนเอง โดยแยกแยะให้เห็นสภาวะและสืบสาวให้เห็นเหตุผลว่านั่นคืออะไร เกิดขึ้นได้อย่างไร ทำไมจึงเป็นอย่างนั้น จะเกิดผลอะไรต่อไป มีข้อดี ข้อเสีย คุณโทษอย่างไร เป็นต้น

๔. *ธรรมานุธรรมปฏิบัติ* **ปฏิบัติให้ถูกหลัก** นำสิ่งที่ได้เล่าเรียนรับฟังและตริตรองเห็นชัดแล้ว ไปใช้หรือปฏิบัติหรือลงมือทำ ให้ถูกต้องตามหลัก ตามความมุ่งหมาย ให้หลักย่อยสอดคล้องกับหลักใหญ่ ข้อปฏิบัติย่อยสอดคล้องกับจุดหมายใหญ่ ปฏิบัติธรรมอย่างรู้เป้าหมาย เช่น สันโดษเพื่อเกื้อหนุนการงาน ไม่ใช่สันโดษกลายเป็นเกียจคร้าน เป็นต้น

(องฺ.จตุกฺก. ๒๑/๒๔๘/๓๓๒)

ง. ศึกษาให้เป็นพหูสูต *คือ จะศึกษาเล่าเรียนอะไร ก็ทำตนให้เป็นพหูสูตในด้านนั้น ด้วยการสร้างความรู้ความเข้าใจให้แจ่มแจ้งชัดเจนถึงขั้นครบ* **องค์คุณของพหูสูต** *(ผู้ได้เรียนมาก หรือผู้คงแก่เรียน)* **๕** *ประการ คือ*

๑. *พหุสฺสุตา* **ฟังมาก** คือ เล่าเรียน สดับฟัง รู้เห็น อ่าน สั่งสมความรู้ในด้านนั้นไว้ให้มากมายกว้างขวาง

๒. *ธตา* **จำได้** คือ จับหลักหรือสาระได้ ทรงจำเรื่องราวหรือเนื้อหาสาระไว้ได้แม่นยำ

๓. *วจสา ปริจิตา* **คล่องปาก** คือ ท่องบ่น หรือใช้พูดอยู่เสมอ จนแคล่วคล่องจัดเจน ใครสอบถามก็พูดชี้แจงแถลงได้

๔. *มนสานุเปกฺขิตา* **เจนใจ** คือ ใส่ใจนึกคิดจนเจนใจ นึกถึงครั้งใด ก็ปรากฏเนื้อความสว่างชัดเจน มองเห็นโล่งตลอดไปทั้งเรื่อง

2. Saddhammassavana; **der Lehre Gehör schenken**: Er hört den Lehren, Erklärungen und Empfehlungen aufmerksam und gründlich zu; er ist darauf aus, Wissen zu erwerben, sowohl unmittelbar von Personen, als auch von Büchern oder anderen Medien. Er ist zum Lernen und Forschen entschlossen, sucht Rat und fragt nach, so dass er echtes Wissen erlangt.

3. Yonisomanasikāra; **weise Denken**: Was er auch weiß, sieht, gelesen oder gehört hat, kann er für sich selbst erwägen, indem er die Dinge auf ihre Beschaffenheit hin analysiert, ihrem Bedingungszusammenhang nachgeht und sie so wirklich erkennt: Wie sind sie entstanden? Warum sind sie so? Was ergibt sich daraus? Was ist gut daran, was schlecht? Was ist ihr Wert, was ihr Nachteil? Und so weiter.

4. Dhammānudhammapaṭipati; **in Übereinstimmung mit den Lehrgrundsätzen praktizieren**: Wenn er die gelernten, gehörten, erwogenen und klar erkannten Dinge anwendet oder ausübt oder umsetzt, geht er korrekt nach ihren Prinzipien und Zielen vor, so dass die untergeordneten Punkte mit den übergeordneten harmonieren und die einzelnen Schritte dem Gesamtzweck dienen. Er praktiziert die Lehre mit Blick auf ihr Ziel; zum Beispiel entwickelt er Genügsamkeit, um seine Arbeit zu fördern, aber keine Genügsamkeit, die sich in Faulheit verwandelt.

(A 4.246 <A.II.245>)

D. Lernen für Sachkenntnis: Mit dem, was er lernt oder studiert, macht er sich zum Experten auf dem jeweiligen Gebiet, indem er für klares Wissen und Verständnis sorgt, bis zu einer Stufe, auf der er mit den fünf Qualitäten eines Kundigen oder Gebildeten (*bahussuta*) ausgestattet ist, und zwar:

1. Bahussutā; **großes Lernpensum**: Er lernt, hört zu, sieht hin, liest, häuft Wissen auf dem jeweiligen Gebiet an, und zwar viel und umfassend.

2. Dhatā; **Merkvermögen**: Er kann Prinzipien und Wesentliches erfassen und sich das Thema bzw. seine Essenz genau merken.

3. Vacasā paricitā; **sprachliche Geläufigkeit**: Er übt das Thema ein bzw. spricht oft darüber bis zur Geläufigkeit und Vertrautheit. Er kann bei Fragen klare Auskunft erteilen.

4. Manasānupekkhitā; **Erfahrung**: Er beschäftigt sich viel mit dem Thema, denkt oft darüber nach, wobei ihm der Inhalt einleuchtet, deutlich und vertraut wird; er betrachtet das gesamte Thema stets mit klarem Blick.

๕. *ทิฏฐิยา สุปฏิวิทฺธา* **ขบได้ด้วยทฤษฎี** คือ เข้าใจความหมายและเหตุผลแจ่มแจ้งลึกซึ้ง รู้ที่ไปที่มา เหตุผล และความสัมพันธ์ของเนื้อความและรายละเอียดต่างๆ ทั้งภายในเรื่องนั้นเอง และที่เกี่ยวโยงกับเรื่องอื่นๆ ในสายวิชาหรือทฤษฎีนั้นปรุโปร่งตลอดสาย

(องฺ.ปญฺจก. ๒๒/๘๗/๑๒๙)

จ. เคารพผู้จุดประทีปปัญญา *ในด้านความสัมพันธ์กับครูอาจารย์ พึงแสดงคารวะนับถือ ตามหลักปฏิบัติในเรื่องทิศ ๖ ข้อว่าด้วย* **ทิศเบื้องขวา*** *ดังนี้*

๑. ลุกต้อนรับ แสดงความเคารพ

๒. เข้าไปหา เพื่อบำรุง รับใช้ ปรึกษา ซักถาม รับคำแนะนำ เป็นต้น

๓. ฟังด้วยดี ฟังเป็น รู้จักฟังให้เกิดปัญญา

๔. ปรนนิบัติ ช่วยบริการ

๕. เรียนศิลปวิทยาโดยเคารพ เอาจริงเอาจัง ถือเป็นกิจสำคัญ

(ที.ปา. ๑๑/๒๐๐/๒๐๓)

* ดู บันทึกท้ายเล่ม ข้อ ๘ หน้า ๘๒

5. Diṭṭhiya supaṭividdhā; **Durchdringung mit der Sichtweise**: Er versteht Grund und Bedeutung auf klare und tiefgründige Weise. Er kennt das Woher & Wohin, Ursache & Wirkung und den Zusammenhang des Ganzen mit den Einzelheiten, sowohl innerhalb des Themas, als auch in Verbindung mit anderen relevanten Themen zum betreffenden Wissensgebiet oder zur betreffenden Theorie.

(A 5.88 <A.III.114>)

E. Respekt für jene, die das Licht der Weisheit anzünden: In seiner Beziehung zum Lehrer oder Anleiter sollte er Respekt und Achtung erweisen, der nach der Lehre von den sechs Richtungen die *Richtung „nach rechts" (Süden)** ist, und zwar so:

1. Beim Empfang steht er für ihn auf, erweist Respekt.

2. Er besucht ihn, um ihn zu ernähren, ihm aufzuwarten, ihn zu konsultieren, zu befragen, Rat zu erhalten und so weiter.

3. Er hört ihm gut und aufmerksam zu, auf eine Weise, die Weisheit hervorbringt.

4. Er kümmert sich um den Lehrer, hilft, ist zu Diensten.

5. Er lernt respektvoll, setzt sich beim Lernen voll ein und betrachtet es als wichtige Aufgabe.

(D 31 <D.III.189<)

* Siehe Endnote 8, Seite 82f.

๒๐. คนใกล้ชิดศาสนา

(อุบาสก อุบาสิกา)

พุทธศาสนิกชน มีหลักปฏิบัติที่แสดงความสัมพันธ์ระหว่างตนกับพระพุทธศาสนา ดังนี้

ก. เกื้อกูลพระ *โดยปฏิบัติต่อพระสงฆ์ เสมือนเป็น* **ทิศเบื้องบน*** *ดังนี้*

๑. จะทำสิ่งใด ก็ทำด้วยเมตตา

๒. จะพูดสิ่งใด ก็พูดด้วยเมตตา

๓. จะคิดสิ่งใด ก็คิดด้วยเมตตา

๔. ต้อนรับด้วยความเต็มใจ

๕. อุปถัมภ์ด้วยปัจจัย ๔

(ที.ปา. ๑๑/๒๐๘/๒๐๖)

ข. กระทำบุญ *คือ ทำความดีด้วยวิธีการต่างๆ ที่เรียกว่า* **บุญกิริยาวัตถุ** *(เรื่องที่จัดว่าเป็นการทำบุญ) ๓ อย่าง คือ*

๑. *ทานมัย* ทำบุญด้วยการให้ปันทรัพย์สิ่งของ

๒. *สีลมัย* ทำบุญด้วยการรักษาศีล หรือประพฤติดีปฏิบัติชอบ

๓. *ภาวนามัย* ทำบุญด้วยการเจริญภาวนา คือ ฝึกอบรมจิตใจให้เจริญด้วยสมาธิ และปัญญา

และควรเจาะจงทำบุญบางอย่างที่เป็นส่วนรายละเอียดเพิ่มขึ้นอีก ๗ ข้อ รวมเป็น ๑๐ อย่าง คือ

๔. *อปจายนมัย* ทำบุญด้วยการประพฤติสุภาพอ่อนน้อม

๕. *ไวยาวัจจมัย* ทำบุญด้วยการช่วยขวนขวายรับใช้ ให้บริการ บำเพ็ญประโยชน์

๖. *ปัตติทานมัย* ทำบุญด้วยการให้ผู้อื่นมีส่วนร่วมในการทำความดี

---

* ดู บันทึกท้ายเล่ม ข้อ ๘ หน้า ๘๒

20. Anhänger der Buddhalehre
(Laienanhänger – Laienanhängerin)

Buddhisten haben Verhaltensgrundsätze, die ihre Verbundenheit zur Buddhalehre folgendermaßen ausdrücken:

A. Unterstützung der Ordinierten: Sie verhalten sich dem Orden der Mönche und Nonnen gegenüber, die mit der *Richtung „nach oben" (Zenith)** verglichen werden, auf folgende Weise:

1. Sie handeln ihnen gegenüber mit Wohlmeinen (*mettā*).
2. Sie sprechen zu ihnen mit Wohlmeinen.
3. Sie denken über sie mit Wohlmeinen.
4. Sie empfangen sie mit ganzem Herzen.
5. Sie unterstützen sie mit den vier Requisiten.

(D 31 <D.III.192>)

B. Verdienste schaffen: Buddhisten verrichten gute Werke mit verschiedenen Methoden, die drei Kategorien des Schaffens von Verdiensten zugeordnet werden (*puññakiriyāvatthu*):

1. Dānamaya: Verdienste durch das Geben und Teilen von materiellem Besitz.

2. Sīlamaya: Verdienste durch das Einhalten von Ethikregeln, bzw. durch gutes, richtiges Verhalten.

3. Bhāvanāmaya: Verdienste schaffen durch Meditation, das heißt, die Schulung von Geist und Herz in Sammlung und Weisheit.

Darüber hinaus sollten sie noch einige spezifischere Arten von Verdienst erwirken, die zu einer detaillierten Liste mit sieben Punkten gehören, was die Gesamtzahl auf zehn erhöht, und zwar:

4. Apacāyanamaya: Verdienste durch höfliches und bescheidenes Auftreten.

5. Veyyāvaccamaya: Verdienst durch Hilfe; zu Diensten, nützlich sein.

6. Pattidānamaya: Verdienst dadurch, dass man andere an guten Werken teilhaben lässt.

* Siehe Endnote 8, Seite 82f.

๗. ปัตตานุโมทนามัย ทำบุญด้วยการพลอยยินดีในการทำความดีของผู้อื่น

๘. ธัมมัสสวนมัย ทำบุญด้วยการฟังธรรม ศึกษาหาความรู้ที่ปราศจากโทษ

๙. ธัมมเทสนามัย ทำบุญด้วยการสั่งสอนธรรมให้ความรู้ที่เป็นประโยชน์

๑๐. ทิฏฐุชุกัมม์ ทำบุญด้วยการทำความเห็นให้ถูกต้อง รู้จักมองสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริงให้เป็นสัมมาทิฏฐิ

(ที.ปา. ๑๑/๒๒๘/๓๓๐; ที.อ. ๓/๒๔๖)

ค. คุ้นพระศาสนา *ถ้าจะปฏิบัติให้เคร่งครัดยิ่งขึ้น ถึงขั้นเป็นอุบาสก อุบาสิกา คือ ผู้ใกล้ชิดพระศาสนาอย่างแท้จริง ควรตั้งตนอยู่ในธรรมที่เป็นไปเพื่อความเจริญของอุบาสก เรียกว่า* **อุบาสกธรรม ๗** *ประการ คือ*

๑. ไม่ขาดการเยี่ยมเยือนพบปะพระภิกษุ

๒. ไม่ละเลยการฟังธรรม

๓. ศึกษาในอธิศีล คือ ฝึกอบรมตนให้ก้าวหน้าในการปฏิบัติรักษาศีลขั้นสูงขึ้นไป

๔. พรั่งพร้อมด้วยความเลื่อมใส ในพระภิกษุทั้งหลาย ทั้งที่เป็นเถระ นวกะ และ ปูนกลาง*

๕. ฟังธรรมโดยมิใช่จะตั้งใจคอยจ้องจับผิดหาช่องที่จะติเตียน

๖. ไม่แสวงหาทักขิไณยภายนอกหลักคำสอนนี้ คือ ไม่แสวงหาเขตบุญนอกหลักพระพุทธศาสนา

๗. กระทำความสนับสนุนในพระศาสนานี้เป็นที่ต้น คือ เอาใจใส่ทำนุบำรุงและช่วยกิจการพระพุทธศาสนา**

(องฺ.สตฺตก. ๒๓/๒๗/๒๖)

---

* ตามพระวินัย ภิกษุบวชใหม่ จนถึงยังไม่ครบ ๕ พรรษา เรียกว่า *นวกะ* ภิกษุบวชครบ ๕ พรรษา แต่ยังไม่เต็ม ๑๐ พรรษา เรียกว่า *มัชฌิมะ* ภิกษุบวชครบ ๑๐ พรรษาแล้วขึ้นไป เรียกว่า *เถระ*

** ดู บันทึกท้ายเล่ม ข้อ ๑๕ หน้า ๘๓

7. Pattānumodanāmaya: Verdienst durch Freude über die guten Taten anderer.

8. Dhammassavanamaya: Verdienst durch das Hören der Lehre; Erwerb von Wissen, das ohne Nachteil ist.

9. Dhammadesanāmaya: Verdienst durch Dhammalehren; Vermittlung von Wissen, das Nutzen bringt.

10. Diṭṭhujukamma: Verdienst durch das Korrigieren der Sichtweise; alle Dinge sehen können, wie sie wirklich sind und so richtige Ansicht (*sammādiṭṭhi*) erwerben.

(D 33 <D.III.218>; DA 3.10.54 <DA.III.999>)

C. Mit der Lehre vertraut sein: Wer noch strikter praktizieren will, bis hin zur Stufe des Laienanhängers (*upāsaka*) oder der Laienanhängerin (*upāsikā*), wer also der Buddhalehre wirklich nahesteht, sollte sich in Eigenschaften gründen, die dem Fortschritt als Laienpraktizierender dienen und als die sieben *upāsakadhamma* bezeichnet werden:

1. Sie versäumen es nicht, Mönche aufzusuchen.

2. Sie vernachlässigen nicht, Dhamma zu hören.

3. Sie bilden sich in Höherer Ethik, das heißt, sie üben sich in ethischer Praxis auf zunehmend höherer Stufe.

4. Sie sind voller Inspiration hinsichtlich der Mönche, seien es Ordensältere (*thera*), Neulinge (*navaka*) oder Mönche mittleren Standes.*

5. Sie hören Dhamma nicht um Fehler zu suchen und zu kritisieren.

6. Sie suchen nicht nach Gabenwürdigen außerhalb dieser Lehre, das heißt, sie suchen nicht nach Verdienstfeldern außerhalb der Buddhalehre.

7. Unterstützung der Buddhalehre kommt bei ihnen an erster Stelle, das heißt, sie setzen sich ein, buddhistische Aktivitäten zu fördern.**

(A 7.27-30 <A.IV.25f.>)

---

* Nach der Ordensdisziplin (*vinaya*) werden neu ordinierte Bhikkhus, die noch keine fünf Regenklausuren (Ordinationsjahre, *vassa*) vollendet haben, *navaka* genannt. Bhikkhus, die bereits fünf, aber noch keine zehn *vassa* vollendet haben, werden *majjhima* genannt. Bhikkhus mit zehn oder mehr *vassa* werden *thera* genannt.

** Siehe Endnote 15, Seite 83.

ง. เป็นอุบาสกอุบาสิกาชั้นนำ *อุบาสก อุบาสิกาที่ดี มีคุณสมบัติที่เรียกว่า* **อุบาสกธรรม ๕** *ประการ คือ*

๑. มีศรัทธา เชื่อมีเหตุผล มั่นในคุณพระรัตนตรัย

๒. มีศีล อย่างน้อยดำรงตนได้ในศีล ๕

๓. ไม่ถือมงคลตื่นข่าว เชื่อกรรม ไม่เชื่อมงคล มุ่งหวังผลจากการกระทำ มิใช่จากโชคลาง หรือสิ่งที่ตื่นกันไปว่าขลังศักดิ์สิทธิ์

๔. ไม่แสวงหาทักขิไณยนอกหลักคำสอนนี้

๕. เอาใจใส่ทำนุบำรุงและช่วยกิจการพระพุทธศาสนา*

(องฺ.ปญฺจก. ๒๒/๑๗๕/๒๓๐)

จ. หมั่นสำรวจความก้าวหน้า *กล่าวคือ โดยสรุป ให้ถือธรรมที่เรียกว่า* **อารยวัฒิ ๕** *ประการ เป็นหลักวัดความเจริญในพระศาสนา*

๑. *ศรัทธา* เชื่อถูกหลักพระศาสนา ไม่งมงายไขว้เขว

๒. *ศีล* ประพฤติและเลี้ยงชีพสุจริต เป็นแบบอย่างได้

๓. *สุตะ* รู้เข้าใจหลักพระศาสนาพอแก่การปฏิบัติและแนะนำผู้อื่น

๔. *จาคะ* เผื่อแผ่เสียสละ พร้อมที่จะช่วยเหลือผู้ซึ่งพึงช่วย

๕. *ปัญญา* รู้เท่าทันโลกและชีวิต ทำจิตใจให้เป็นอิสระได้

(องฺ.ปญฺจก. ๒๒/๖๓–๔/๙๑–๒)

---

* ดู บันทึกท้ายเล่ม ข้อ ๑๕ หน้า ๘๓

D. Laienanhänger und Laienanhängerinnen von Führungsrang. Gute Laienanhänger und Laienanhängerinnen besitzen Qualitäten, die als die fünf *upāsakadhamma* bezeichnet werden:

1. Sie haben Vertrauen. Ihr Glaube beruht auf Vernunft, ist in den Qualitäten des dreifachen Juwels begründet.

2. Sie haben Ethik. Sie halten mindestens die fünf Ethikregeln ein.

3. Sie halten nichts von Aberglauben und Sensationsnachrichten. Sie glauben an Kamma. Sie verlassen sich nicht auf Segenssprüche, sondern erwarten Ergebnisse von ihrem Tun, nicht von Amuletten oder Dingen, die als wunderkräftig angepriesen werden.

4. Sie suchen keine Gabenwürdigen außerhalb dieser Lehre.

5. Sie setzen sich ein, buddhistische Aktivitäten zu fördern.*

(A 5.175 <A.III.206>)

E. Immer wieder das Vorankommen überprüfen: In Kürze bedeutet das, sich an Eigenschaften zu halten, die als die fünf *ariyavaḍḍhi* bezeichnet werden, als Maßstab für den Fortschritt in der Buddhalehre:

1. Saddhā: Glauben in Übereinstimmung mit den Prinzipien der Buddhalehre, nicht leichtgläubig sein und Standpunkte vermischen.

2. Sīla: Ehrlichkeit in Verhalten und Lebensführung, die als Vorbild dienen kann.

3. Suta: Wissen und Verständnis der Grundzüge der Buddhalehre, das ausreicht, um sie ausüben und anderen empfehlen zu können.

4. Cāga: Teilen und Loslassen; Bereitschaft, Hilfsbedürftige zu unterstützen.

5. Paññā: Wissen, das der Welt und dem Leben gewachsen ist und Herz und Geist befreien kann.

(A 5.63 <A.III.80>)

* Siehe Endnote 15, Seite 83.

๒๑. คนสืบศาสนา

(พระภิกษุ)

พระภิกษุสงฆ์ ซึ่งเป็นบรรพชิตในพระพุทธศาสนา มีหน้าที่ศึกษาปฏิบัติธรรม เผยแผ่คำสอน สืบต่อพระพุทธศาสนา มีคุณธรรมและหลักความประพฤติที่ต้องปฏิบัติมากมาย แต่ในที่นี้จะแสดงไว้เฉพาะหน้าที่ที่สัมพันธ์กับคฤหัสถ์ และข้อเตือนใจในทางความประพฤติปฏิบัติ ดังต่อไปนี้

ก. อนุเคราะห์ชาวบ้าน *พระสงฆ์อนุเคราะห์คฤหัสถ์ตามหลักปฏิบัติในฐานะที่ตนเป็นเสมือน* **ทิศเบื้องบน*** *ดังนี้*

๑. ห้ามปรามสอนให้เว้นจากความชั่ว

๒. แนะนำสั่งสอนให้ตั้งอยู่ในความดี

๓. อนุเคราะห์ด้วยความปรารถนาดี

๔. ให้ได้ฟังได้รู้สิ่งที่ยังไม่เคยรู้ไม่เคยฟัง

๕. ชี้แจงอธิบายทำสิ่งที่เคยฟังแล้วให้เข้าใจแจ่มแจ้ง

๖. บอกทางสวรรค์ สอนวิธีดำเนินชีวิตให้ประสบความสุขความเจริญ

(ที.ปา. ๑๑/๒๐๔/๒๐๖)

ข. หมั่นพิจารณาตนเอง *คือ พิจารณาเตือนใจตนเองอยู่เสมอตามหลัก* **ปัพพชิตอภิณหปัจจเวกขณ์** *(ธรรมที่บรรพชิตควรพิจารณาเนืองๆ) ๑๐ ประการ ดังนี้*

๑. เรามีเพศต่างจากคฤหัสถ์ สลัดแล้วซึ่งฐานะ ควรเป็นอยู่ง่าย จะจู้จี้ถือตัวเอาแต่ใจตนไม่ได้**

---

* ดู บันทึกท้ายเล่ม ข้อ ๘ หน้า ๘๒

** ดู บันทึกท้ายเล่ม ข้อ ๑๖ หน้า ๘๓

21. Erhalter der Buddhalehre
(Mönche)

Der Orden der Bhikkhus [und Bhikkhunīs] – das sind die Ordinierten im Buddhismus – hat die Pflicht, Dhamma zu studieren und zu praktizieren, die Lehre zu verbreiten und so die buddhistische Religion am Leben zu erhalten. Es gibt eine Menge von Werten und Verhaltensregeln, die die Mönche [und Nonnen] erfüllen müssen, aber an dieser Stelle sollen insbesondere die Pflichten in der Beziehung zu den Laien und Punkte der Selbstermahnung in Hinsicht auf das eigene Verhalten dargelegt werden:

A. Unterstützung der Hausleute: Als Mönche [und Nonnen], die mit der *Richtung „nach oben" (Zenith)** zu vergleichen sind, handeln sie nach folgenden Grundsätzen:

1. Sie halten die Laien davon ab, Übles zu tun.

2. Sie leiten und lehren sie, sich im Guten zu verankern.

3. Sie unterstützen sie mit guten Wünschen.

4. Sie machen sie mit Dingen bekannt, die sie noch nicht kennen.

5. Sie erläutern und erklären ihnen Dinge, die sie bereits kennen.

6. Sie weisen den Weg zur Himmelswelt, lehren Methoden, wie man das Leben in Richtung Glück und Wohlstand führt.

(D 31 <D.III.192>)

B. Regelmäßige Selbstüberprüfung: Ordinierte müssen sich ständig selbst ermahnen und überprüfen, anhand der folgenden zehn Punkte häufiger Reflexion für Ordinierte (*pabbajita-abhiṇha-paccavekkhaṇa*):

1. Ich gehöre nicht zur Gesellschaftsschicht der Laien, bin ohne Rang in der Gesellschaft. Ich sollte schlicht leben, sollte nicht manipulieren, nicht selbstsüchtig meinen Willen durchsetzen wollen.**

* Siehe Endnote 8, Seite 82f.
** Siehe Endnote 16, Seite 83.

๒. ความเป็นอยู่ของเราเนื่องด้วยผู้อื่น ต้องอาศัยเขาเลี้ยงชีพ ควรทำตัวให้เขาเลี้ยงง่าย และบริโภคปัจจัย ๔ โดยพิจารณา ไม่บริโภคด้วยตัณหา*

๓. เรามีอากัปกิริยาที่พึงทำต่างจากคฤหัสถ์ อาการกิริยาใดๆ ของสมณะ เราต้องทำอาการกิริยานั้นๆ และยังจะต้องปรับปรุงตนให้ดียิ่งขึ้นไปกว่านี้*

๔. ตัวเราเองยังติเตียนตัวเราเองโดยศีลไม่ได้อยู่หรือไม่

๕. เพื่อนพรหมจรรย์ทั้งหลาย ผู้เป็นวิญญูชน พิจารณาแล้ว ยังติเตียนเราโดยศีลไม่ได้อยู่หรือไม่

๖. เราจักต้องถึงความพลัดพรากจากของรักของชอบใจไปทั้งสิ้น

๗. เรามีกรรมเป็นของตน เราทำกรรมใด ดีก็ตาม ชั่วก็ตาม จักต้องเป็นทายาทของกรรมนั้น

๘. วันคืนล่วงไปๆ บัดนี้เราทำอะไรอยู่

๙. เรายินดีในที่สงัดอยู่หรือไม่

๑๐. คุณวิเศษยิ่งกว่ามนุษย์สามัญที่เราบรรลุแล้วมีอยู่หรือไม่ ที่จะให้เราเป็นผู้ไม่เก้อเขิน เมื่อถูกเพื่อนบรรพชิตถาม ในกาลภายหลัง

(องฺ.ทสก. ๒๔/๔๘/๙๑)

* ดู บันทึกท้ายเล่ม ข้อ ๑๖ หน้า ๘๓

2. Mein Dasein ist mit anderen Menschen verknüpft, mein Lebenserhalt ist von ihnen abhängig. Ich sollte dafür sorgen, dass ich leicht zu unterhalten bin und sollte die vier Requisiten mit Besinnung benutzen, nicht mit Begierde.*

3. Das Auftreten und Verhalten, das ich pflegen sollte, unterscheidet sich von dem eines Laien. Ich sollte die Merkmale eines Samaṇa [spirituellen Menschen in Hauslosigkeit] annehmen und mich darüber hinaus noch korrigieren und verbessern.

4. Muss ich mir wegen meiner Tugend selbst noch Vorwürfe machen?

5. Könnten kundige Gefährten im heiligen Leben, die meine Tugend erwogen haben, mir noch Vorwürfe machen?

6. Von allem, was mir lieb und angenehm ist, werde ich getrennt sein, es muss vergehen.

7. Ich bin der Eigner meiner Taten. Welche Tat ich auch verübe, im Guten wie im Bösen, deren Erbe werde ich sein.

8. Was bringe ich zustande während Tage und Nächte vergehen?

9. Finde ich Gefallen an Abgeschiedenheit?

10. Habe ich besondere, übermenschliche Zustände erreicht, so dass ich mich nicht schämen muss, wenn ich von den Gefährten im heiligen Leben später einmal danach gefragt werde?

(A 10.84 <A.V.87>)

* Siehe Endnote 16, Seite 83.

๒๒. คนถึงธรรม

(ผู้หมดกิเลส)

หยาดน้ำไม่ติดใบบัว วารีไม่ติดปทุม ฉันใด มุนีย่อมไม่ติดในรูปที่เห็น ในเสียงที่ได้ยิน และในอารมณ์ที่ได้รับรู้ ฉันนั้น

(ขุ.สุ. ๒๕/๔๑๓/๔๙๓)

ผู้ถึงธรรม ไม่เศร้าโศกถึงสิ่งที่ล่วงแล้ว ไม่พร่ำเพ้อถึงสิ่งที่ยังไม่มาถึง ดำรงอยู่ด้วยสิ่งที่เป็นปัจจุบัน ฉะนั้นผิวพรรณจึงผ่องใส

ส่วนชนทั้งหลายผู้ยังอ่อนปัญญา เฝ้าแต่ฝันเพ้อถึงสิ่งที่ยังไม่มาถึง และหวนละห้อยถึงความหลังอันล่วงแล้ว จึงซูบซีดหม่นหมอง เสมือนต้นอ้อสด ที่เขาถอนทิ้งขึ้นทิ้งไว้ที่ในกลางแดด

(สำ.ส. ๑๕/๒๒/๗)

ผู้ใดไม่มีกิเลสเป็นเหตุคอยกังวลว่า นี้ของเรา นี้ของคนอื่น ผู้นั้นไม่ต้องเผชิญกับเจ้าตัว “ของข้า” จึงไม่เศร้าโศกว่า “ของเราไม่มี” เขาไม่กระวนกระวาย ไม่ติดข้อง ไม่หวั่นไหว เป็นผู้สม่ำเสมอในที่ทั้งปวง เมื่อเขาไม่หวั่นไหว มีความรู้แจ้งชัด จึงปราศจากความรู้สึกปรุงแต่งใดๆ เขาเลิกรำพึงรำพันหมดแล้ว จึงมองเห็นแต่ความปลอดโปร่งในที่ทุกสถาน

(ขุ.สุ. ๒๕/๔๒๒/๕๑๙)

ผู้ถึงธรรมดับกิเลสเสียได้ อยู่สบายทุกเวลา ผู้ใดไม่ติดอยู่ในกามทั้งหลาย เขาจะเย็นสบาย ไม่มีที่ให้กิเลสตั้งตัวได้

ตัดความติดข้องเสียให้หมด กำจัดความกระวนกระวายในหทัยเสียให้ได้ พักจิตได้แล้ว จึงถึงความสงบใจอยู่สบาย

(องฺ.ติก. ๒๐/๔๗๔/๑๗๕)

22. Ein Mensch, im Dhamma angekommen
(der von Herzenstrübungen Befreite)

Wie Wassertropfen nicht am Lotusblatt
und Wasser nicht an Lotusblüten hängt,
so hängt auch nicht der stille Weise
an dem, was gesehen, gehört, empfunden.

(Sn 812 <Sn.159>)

Jene, die gestillt den Heiligen Wandel führen …
Vergang'nem trauern sie nicht nach, ersehnen nicht das Künftige,
ernähren sich von Gegenwart, und darum strahlt ihr Äußeres.
Voll Sehnsucht nach dem Künftigen, voll Trauer um Vergangenheit,
sind Toren, drum vertrocknen sie wie grünes abgeschnitt'nes Gras.

(S 1.10 <S.I.5>)

Wer sich nicht sorgt, „dies hier ist mein und das gehört den anderen",
der gibt sich nicht mit Mein-Sucht ab; er trauert nicht, wenn er nichts hat.
Von Sehnen und von Gieren frei, nie mehr gestört, im Ebenmaß –
dies ist der Segen, künde ich, befragt, für Unerschütterte.
Der Ungestörte, Wissende hat kein Zusammenbrauen mehr.
Sich einzumischen gab er auf, sieht überall Geborgenheit.

(Sn 951-953 <Sn.184f.>)

Heiliger ruht immer glücklich, dessen Trübungen erloschen,
nicht befleckt von Sinnlichkeiten, kühl geworden, frei von Stützen.
Alles Hängen abgeschnitten, aller Herzensqual entbunden,
ruht der Friedensvolle glücklich, angelangt beim Herzensfrieden.

(A 3.35 <A.I.138>)

ถาม: นี่แน่ะพระ ท่านไม่มีทุกข์บ้างหรือ ท่านไม่มีความสนุกบ้างหรือ ท่านนั่งอยู่คนเดียวไม่เบื่อหน่ายบ้างหรือ?

ตอบ: นี่แน่ะท่านผู้ยิ่งใหญ่ ข้าพเจ้าไม่มีความทุกข์หรอก ความสนุกข้าพเจ้าก็ไม่มี ถึงข้าพเจ้าจะนั่งอยู่คนเดียว ก็หามีความเบื่อหน่ายไม่

ถาม: นี่แน่ะพระ ทำอย่างไรท่านจึงไม่มีทุกข์ ทำอย่างไรท่านจึงไม่มีความสนุก ทำอย่างไรท่านนั่งคนเดียว จึงไม่หงอยเหงาเบื่อหน่าย

ตอบ: คนมีความทุกข์นั่นแหละ จึงมีความสนุก คนมีความสนุกนั่นแหละ จึงมีความทุกข์ พระไม่มีทั้งสนุก ไม่มีทั้งทุกข์ เรื่องเป็นอย่างนี้ จงเข้าใจเถิดนะท่าน

(สำ.ส. ๑๕/๒๖๘/๗๖)

ความงุ่นง่านหงุดหงิด ย่อมไม่มีในใจของพระอริยะผู้ผ่านพ้นไปแล้วจากการ (คิดกังวล) ที่จะได้เป็น จะไม่ได้เป็นอย่างนั้นอย่างนี้ ท่านปราศจากภัย มีแต่สุข ไม่มีโศก แม้แต่เทวดาก็มองใจท่านไม่ถึง

(ขุ.อุ. ๒๕/๖๕/๑๐๑)

ผู้ถึงธรรมไม่มีกิจ เพราะผู้ถึงธรรมทำกิจเสร็จแล้ว คนว่ายน้ำยังหาที่หยั่งไม่ได้ ตราบใด ก็ต้องเอาตัวกระเสือกกระสนไปจนเต็มที่ ตราบนั้น แต่พอหาที่หยั่งพบ ขึ้นยืนบนบกได้แล้ว ก็ไม่ต้องพยายาม เพราะเขาข้ามถึงฝั่งเสร็จแล้ว

(สำ.ส. ๑๕/๒๓๑/๖๕)

ยังเป็นอยู่ก็ไม่เดือดร้อน เวลาจะตายก็ไม่เศร้าโศก ถ้าเป็นปราชญ์มองเห็นที่หมายแล้วไซร้ ถึงอยู่ท่ามกลางโลกที่โศกก็หาโศกไม่

(ขุ.อุ. ๒๕/๑๐๘/๑๔๒)

Frage:
Was, du bist nicht traurig, Bhikkhu? Spaß ist nicht bei dir zu finden?
Überkommt dich, einsam sitzend, denn nicht da die Langeweile?

Antwort:
In der Tat bin ich nicht traurig. Spaß ist auch nicht hier zu finden.
Einsam sitzend, überkommt mich dennoch nicht die Langeweile.

Frage:
Wie nur kommt's, dass du nicht trauerst, Spaß bei dir nicht ist zu finden?
Wie, dass dich, so einsam sitzend, überkommt nicht Langeweile?

Antwort:
Nur wer trauert, der kennt Spaß auch, nur wer Spaß hat, deshalb trauert.
Spaß- und trauerfrei, so bin ich, dieses wisse wohl, mein Freund.

(S 2.18 <S.I.54<)

Wer keinen Ärger mehr im Herzen trägt,
hat „Sein und Nicht-Sein"-Fragen überwunden.
Der Furcht entgangen, glücklich, frei von Kummer –
ihn können selbst die Götter nicht erblicken.

(Ud 20 <Ud.20>)

Der Heilige hat keine Pflicht, er hat schon alle Pflicht erfüllt.
Solang der Mensch in Flüssen Halt nicht findet,
da strampelt er sich ab mit allen Gliedern.
Steht, Halt gefunden, er auf festem Boden
am andern Ufer, hört er auf mit Strampeln.

(S 2.5 <S.I.48>)

Der, den das Leben nicht verbrennt, im Sterben keinen Kummer hat,
sieht wahrhaft weise seinen Stand, in Kummers Mitte kummerfrei.

(Ud 39 <Ud.46>)

จะไปไหน ก็ไม่หวาด จะนอนไหน ก็ไม่หวั่น ทั้งคืนวันไม่มีเดือดร้อนใจ อะไรที่จะสูญเสียก็ไม่เห็นที่ไหนในโลก ดังนั้น จนหลับไป ก็มีแต่ใจหวังดีที่คิดปรานีช่วยปวงสัตว์

(สำ.ส. ๑๕/๔๕๔/๑๖๒)

คาเม วา ยทิ วารญฺเญ	***นินฺเน วา ยทิ วา ถเล***
ยตฺถ อรหนฺโต วิหรนฺติ	***ตํ ภูมิรามเณยฺยกํ***
ไม่ว่าบ้าน ไม่ว่าป่า	ไม่ว่าที่ลุ่ม หรือที่ดอน
ท่านผู้ไกลกิเลสอยู่ที่ไหน	ที่นั้นไซร้คือสถานอันรื่นรมย์

(ขุ.ธ. ๒๕/๑๘/๒๘)

Wach bin ich angstfrei, fürchte nicht zu schlafen.
Tage und Nächte können mich nicht brennen.
Nichts zu verlieren in der Welt zu sehen.
So kann ich schlafen, gut zu allen Wesen.

(S 4.13 <S.I.110>)

Gāme vā yadi vā raññe,
yattha arahanto viharanti,

ninne vā yadi vā thale.
taṃ bhūmirāmaṇeyyakaṃ.

Im Dorfe oder auch im Wald,
wo Heilige den Aufenthalt,

im Flachland oder auf den Höh'n,
ein solcher Ort ist lieblich, schön.*

(Dh 98 <Dh.28>)

* Die Verse in diesem Kapitel wurden direkt aus dem Pali übersetzt.

บันทึกท้ายเล่ม

ที่มาท้ายหมวดธรรมแต่ละหมวดในหนังสือนี้ ได้แสดงไว้หมวดละที่มาเดียว พอเป็นหลักฐานเท่านั้น ส่วนความหมายและคำอธิบาย ได้ขยายบ้าง ย่อบ้าง ตามสมควร และได้ตรวจสอบกับที่มาแห่งอื่นๆ ด้วย ทั้งในพระไตรปิฎกและอรรถกถา แต่ไม่อาจแสดงที่มาไว้ให้ครบถ้วน เพราะจะทำให้หนังสือนี้มีลักษณะเป็นตำรามากเกินไป อย่างไรก็ดี มีข้อความบางตอนที่ควรสังเกต ขอชี้แจงไว้เป็นพิเศษดังนี้

๑. ใน*สัปปุริสธรรม ๗* ประการ *ธัมมัญญุตา* ยังมีความหมายอีกแง่หนึ่งว่า เมื่อเห็นหรือได้ยินได้ฟังอะไร ก็จับหลักจับสาระมองเห็นเนื้อแท้ของสิ่งหรือเรื่องราวนั้นได้ *อัตถัญญุตา* มีความหมายว่า เมื่อเห็นหรือได้ยินได้ฟังอะไรก็เข้าใจความหมาย ความมุ่งหมาย วัตถุประสงค์ แนวทางที่จะขยายความของสิ่งนั้นเรื่องนั้นได้ ธรรม ๒ ข้อนี้ เป็นแกนของสัปปุริสธรรมทั้งหมด

๒. ใน*อธิปไตยสูตร* *(องฺ.ติก. ๒๐/๔๗๙/๑๘๖)* พระพุทธเจ้าทรงแสดงความหมายของ *อธิปไตย ๓* เฉพาะในแง่การปฏิบัติธรรมของพระภิกษุ แต่ความหมายเช่นนั้นอาจถือได้ว่า เป็นคำอธิบายเฉพาะกรณี หรือเป็นตัวอย่าง ดังจะเห็นว่า *ธรรมาธิปไตย* เป็นธรรมข้อหนึ่งของ *พระเจ้าจักรพรรดิ* (ดูบทที่ ๗) เป็นคุณสมบัติของนักปกครอง เช่นเดียวกับที่เป็นคุณสมบัติของพระพุทธเจ้า *(องฺ.ติก. ๒๐/๔๕๓/๑๓๙; องฺ.ปญฺจก. ๒๒/๑๓๓/๑๖๙)* ใน*วิสุทธิมคฺค (๑/๑๒, ๑๖)* ท่านจำแนกศีลเป็น ๓ ประเภท ตาม *อธิปไตย ๓* นี้ นอกจากนั้น พระอรรถกถาจารย์มักใช้ *อัตตาธิปไตย* และ *โลกาธิปไตย* เป็นคำอธิบายความหมายของ *หิริ* และ *โอตตัปปะ (ที.อ. ๓/๒๑๕; ม.อ. ๒/๔๒๒; อิติ.อ. ๒๐๕; ชา.อ. ๑/๑๙๘)* ส่วนในหนังสือนี้ ได้นำมายักเยื้องอธิบายในแง่ของการปกครองทั้ง ๓ ข้อ เพราะเข้ากับเรื่องนี้ได้ดี และให้มองเห็นประโยชน์อีกด้านหนึ่ง

Endnoten

In diesem Buch ist am Ende jeder Lehrkategorie jeweils nur eine Quelle angegeben worden, was als bloße Referenz ausreicht. Die Bedeutung und Erklärung ist manchmal erweitert worden und manchmal zusammengefasst, je nachdem, wie es angemessen schien, und wurde außerdem mit anderen Stellen abgeglichen, sowohl im Palikanon selbst, wie auch im Kommentar. Auf vollzählige Quellenangaben wurde aber verzichtet, weil das Buch sonst zu akademisch ausgesehen hätte. Wie auch immer, es gibt ein paar Punkte zu beachten, auf die ich hier besonders hinweisen möchte.

1. Unter den sieben *sappurisadhammā* (Eigenschaften eines guten, aufrichtigen Menschen) gibt es zur Bedeutung von *dhammaññutā* noch einen weiteren Gesichtspunkt: Wenn man etwas sieht oder hört, kann man das Prinzip und die wahre Essenz dieser Sache oder Angelegenheit erfassen. *Atthaññutā* hat dann die Bedeutung: Wenn man etwas sieht oder hört, kann man Sinn, Zweck und Absicht verstehen, um die Bedeutung dieser Sache oder Angelegenheit in einem weiteren Sinne aufzufassen. Diese zwei Punkte sind die Essenz aller *sappurisadhammā*.

2. Im Adhipateyya Sutta *(A 3.40 <A.I.147>)* erläutert der Buddha die drei Arten von *adhipateyya* (oberste Instanzen) speziell unter dem Aspekt der monastischen Praxis, aber die Bedeutung dieser Beispiele lässt sich so auffassen: Es ist eine Erklärung, die auf diesen speziellen Fall zugeschnitten ist, als Beispiel für ein Prinzip. Wir sehen nämlich, dass *dhammādhipateyya* als Eigenschaft eines Universalherrschers (siehe Kapitel 7), die Tugend eines Regierenden ist, aber auch eine Qualität des Buddha *(A 3.14 <A.I.109>; A 5.133 <A.III.149>).* Im Visuddhimagga *(Vism 1§12 <Vism.14>)* wird Ethik nach den drei *adhipateyya* in drei Arten unterteilt. Außerdem verwenden die Kommentatoren *attādhipateyya* und *lokādhipateyya* zur Erläutertung von *hiri* und *otappa*, Schamgefühl und Gewissensscheu *(DA 3§304; MA 1§416; ItA §42; J 6 <J.I.129>).* In diesem Buch habe ich die drei Begriffe zum Aspekt des Regierens eingebracht und entsprechend erläutert, weil sie gut zu diesem Thema passen und zeigen, dass sich diese Lehrkategorie auch auf anderem Gebiet als nützlich erweisen kann.

๓. *จักรวรรดิวัตร* ในพระบาลีมีเพียง ๔ หัวข้อใหญ่ แต่ในหนังสือนี้จัดเป็น ๕ (แยกข้อ ๑ เป็น ๒ ข้อ) เพื่อให้ดูง่ายขึ้น ส่วนที่เรียกกันว่า *จักรวรรดิวัตร ๑๒* ดังรู้จักกันมากนั้น ท่านนำมาจากอรรถกถา *(ที.อ. ๓/๔๖)*

๔. *ทิฏฐธัมมิกัตถสังวัตตนิกธรรม* นี้ ปรุงรูปศัพท์ตามบาลี ส่วนที่ท่านให้ชาวบ้านจำง่ายๆ พูดกันมาติดปากว่า *ทิฏฐธัมมิกัตถประโยชน์* คำว่า *ประโยชน์* เป็นคำสร้อยเติมไว้ให้คล่องปากเท่านั้น เพราะตรงกับ *อัตถะ* ที่มีอยู่แล้วนั่นเอง

๕. ใน *สุขของคฤหัสถ์ ๔* สุขข้อสุดท้ายที่แปลกันมาว่า “สุขเกิดจากประกอบการงานที่ปราศจากโทษ” ชวนให้เข้าใจจำกัดเฉพาะการงานอาชีพเท่านั้น แต่ตามพระบาลีท่านหมายถึงกรรมดีทางไตรทวาร ในที่นี้จึงยักเยื้องคำแปลเสียใหม่เพื่อให้เข้าใจตรงตามพระบาลี (สุขเกิดจากการงานอาชีพสุจริต รวมอยู่ในสุขข้อที่ ๑ แล้ว)

๖. เมื่อว่าเต็มความหมาย *ฆราวาสธรรม* ใช้สำหรับการครองชีวิตโดยทั่วไปของชาวบ้าน และตามบาลีเดิมเรียกว่า *ฆรเมสิธรรม* (ธรรมของผู้แสวงเรือน) อนึ่ง ในที่นี้ *ทมะ* ท่านหมายเอาปัญญา *ขันติ* ท่านหมายเอาความเพียร *(มาใน ขุ.สุ. ๒๕/๓๑๑/๓๖๑ ด้วย; สำ.อ. ๑/๓๙๑; สุตฺต.อ. ๑/๓๒๓)*

๗. ในบาลีเดิม เรียกว่า *อัตถทวาร* (ประตูแห่งประโยชน์) อรรถกถาอธิบาย *อัตถ* ว่าได้แก่ “วุฒิ” ส่วน *ทวาร* มีคำไขความว่า “ปมุข” หรือ “มุข” จึงเรียกว่า *วุฒิมุข* ก็ได้ สำหรับ “วุฒิ” นั้น คนไทยคุ้นกับคำว่า *วัฒน* ซึ่งเป็นไวพจน์ ในที่นี้จึงใช้คำว่า *วัฒนมุข* (ปากช่องแห่งความเจริญ)

๘. บุคคลทั้งหลายในสังคมที่แวดล้อมตัวเราอยู่ ซึ่งเราควรจะเกี่ยวข้องสัมพันธ์ให้ถูกต้อง ด้วยวิธีปฏิบัติที่แตกต่างกันไปตามสถานะแห่งความสัมพันธ์กับตัวเรา พระพุทธเจ้าตรัสเรียกด้วยคำเปรียบเทียบว่า *ทิศ ๖* เพราะเป็นดุจด้านต่างๆ ของเทศะที่อยู่รอบตัวเรา กล่าวคือ

3. Im Palikanon finden sich zu *cakkavattivatta* (Sitte eines Universalherrschers) nur vier Überschriften, aber in diesem Buch wurden fünf daraus gemacht (Punkt 1 wurde in zwei Punkte aufgeteilt), damit es übersichtlicher wird. Die bekanntere Liste der *12 cakkavattivatta* stammt aus dem Kommentar *(DA 3§84)*.

4. Dieser Begriff *diṭṭhadhammikattha-saṁvattanika-dhamma* wurde nach dem Palitext zusammengesetzt. Der in der [thailändischen] Bevölkerung geläufigere Begriff ist *diṭṭhadhammikattha-prayojana*. Das Wort *prayojana* [Wortherkunft aus dem Sanskrit, thailändische Aussprache: *prayot*] ist ein Füllwort, das nur zugunsten flüssigerer Aussprache angehängt wurde; es hat nämlich dieselbe Bedeutung wie *attha*, das ja schon da steht.

5. Unter den *vier Arten von Glück eines Laien* wird der letzte Punkt meist mit „Glück aus tadelsfreier Arbeit" übersetzt, was den Eindruck erweckt, es beziehe sich speziell nur auf die Arbeit und den Lebenserwerb. Aber nach dem Text im Palikanon ist jegliche gute Handlung mit den drei Handlungstoren gemeint. Deshalb wurde die Übersetzung hier modifiziert, für ein Verständnis, das dem Palitext besser entspricht (das Glück aus ehrlicher Arbeit ist ja schon in Punkt 1 enthalten).

6. In seiner vollen Bedeutung wird der Begriff *gharāvāsadhamma* auf die Lebensführung eines Haushälters im Allgemeinen angewendet und im Palikanon als *gharamesidhamma* bezeichnet („Tugenden eines Haussuchenden"). Übrigens bezieht sich *dama* hier auf den Aspekt der Weisheit, *khanti* dagegen auf den Aspekt der Tatkraft *(*nach *Sn 188 <Sn.33>; SA 1.§42 <SA.246>; SnA §55 <SnA.191>)*.

7. Im ursprünglichen Palitext wird die Lehrkategorie *atthadvāra* genannt (Tor zum Nutzen). Der Kommentar erklärt *attha* als „vuḍḍhi"; *dvāra* hingegen wird als „pamukha" oder „mukha" umschrieben. Somit kann man sie auch *vuḍḍhimukha* nennen. Was „vuḍḍhi" betrifft, da sind die Thais eher das Synonym *vaḍḍhana* gewöhnt. Daher verwende ich hier den Begriff *vaḍḍhanamukha* (Tor zum Fortschritt).

8. Die verschiedenen Personen in unserem gesellschaftlichen Umfeld, mit denen wir korrekten Umgang pflegen sollten, je nach dem Status ihrer gesellschaftlichen Beziehung zu uns, verglich der Buddha mit den sechs Richtungen, weil sie wie die Regionen in allen Richtungen um uns herum sind. Im Einzelnen:

(๑) ทิศเบื้องหน้า คือ ผู้มาก่อน ได้แก่ บิดามารดา

(๒) ทิศเบื้องขวา คือ ผู้ที่ควรเคารพ ได้แก่ ครูอาจารย์

(๓) ทิศเบื้องหลัง คือ ผู้ตามมา ได้แก่ บุตร ภรรยาหรือคู่ครอง

(๔) ทิศเบื้องซ้าย คือ ผู้เคียงข้าง ได้แก่ มิตรสหาย

(๕) ทิศเบื้องล่าง คือ ผู้เป็นฐานกำลัง ได้แก่ คนรับใช้และคนงาน

(๖) ทิศเบื้องบน คือ ผู้มีคุณความดีสูง ได้แก่ พระสงฆ์

๙. *หรชน* เป็นศัพท์ตัดทอน บาลีเดิมเป็น *อญฺญทตฺถุหร*

๑๐. *อนุกมฺปี* บาลีเดิมเป็น *อนุกมฺปก*

๑๑. ใน*องค์คุณของกัลยาณมิตร ๗* ข้อ ๕ *วจนกฺขโม* คำบาลีท่านมุ่งความหมายว่า อดทนต่อคำพูดของผู้อื่น คือ รับฟังคำตำหนิ วิพากษ์วิจารณ์ได้ และพร้อมที่จะแก้ไขปรับปรุงตน (ดูความหมายใน *องฺ.อ. ๓/๒๐๐* และตัวอย่างใน *สำ.อ. ๑/๑๔๕)*

๑๒. คำบาลี ๕ ข้อนี้ เป็นรูปที่ปรุงใหม่ ตามบาลีแท้เป็น *๑ อนุปุพฺพิกถำ ๒. ปริยายทสฺสาวี ๓. อนุทยตำ ปฏิจฺจ ๔. น อามิสนฺตโร ๕. อตฺตานญฺจ ปรญฺจ อนุปหจฺจ*

๑๓. หน้าที่ครูต่อศิษย์ ข้อที่ ๕ *สร้างเครื่องคุ้มภัยในสารทิศ* อธิบายตามอรรถกถาว่า สอนให้เขาเอาวิชาความรู้ไปใช้ประกอบอาชีพเลี้ยงตัวเองและคุ้มครองตนได้ ตลอดจนเมื่อศิษย์ไปทำมาหากินที่อื่นแล้ว อาจารย์ก็แนะนำแก่ผู้อื่นให้เกิดความเชื่อถือ ไปหาศิษย์นั้น *(ที.อ. ๓/๑๘๓)*

๑๔. *วุฒิธรรม* หรือ *วุฒิ ๔* นั้น ตามพระบาลีเรียกว่า *ปญฺญาวุฑฺฒิธมฺม* คือ ธรรมเครื่องเจริญแห่งปัญญา มิใช่ความเจริญทั่วๆ ไป ดังนั้น จึงนำมาจัดเข้าในหมวดการเรียนการศึกษา

๑๕. แปลรักษาศัพท์ว่า *กระทำบุพการในศาสนานี้* ดังนั้นจะแปลว่า “ออกนำในการอุปถัมภ์และช่วยกิจการพระพุทธศาสนา” ก็ได้

๑๖. คำอธิบายถือตาม *องฺ.อ. ๓/๓๙๕* แปลกจากที่เรียนกันมาบ้าง

(1) Vorne: die *Vor*-fahren, d.h. die Eltern.

(*2) Rechts:* zu *Recht* Respekt Verdienende, d.h. Lehrer.

(3) Hinten: die *Nach*-kommen, d.h. Kinder und Ehepartner.

(4) Links: zur Seite Stehende, d.h. Freunde und Gefährten.

(5) Unten: Unter-gebene/*Unter*-stützer, d.h. Bedienstete/Angestellte.

(6) Oben: jene mit *hohen* Tugenden, d.h. Mönche.

9. *Harajana* ist eine Verballhornung. Der ursprüngliche Palibegriff lautet *aññadatthuhara.*

10. *Anukampī* heißt im ursprünglichen Palitext *anukampaka.*

11. Unter den sieben Qualitäten eines wirklich guten Freundes in den Palitexten bezieht sich Punkt 5, *vacanakkhamo*, auf die Bedeutung „Geduld angesichts der Worte anderer", also auf Kritikfähigkeit und Bereitschaft, sich zu korrigieren und zu verbessern (siehe zur Wortbedeutung *AA 7§37* und für ein Beispiel *SA 1§15*).

12. Die Palibegriffe für diese fünf Punkte sind Neuschöpfungen. Im Originaltext lauten sie: *1. Anupubbikathaṁ, 2. Pariyāyadassāvī, 3. Anudayataṁ paṭicca, 4. Na āmisantaro, 5. Attānañca parañca anupahacca.*

13. Punkt 5 unter den Pflichten des Lehrers gegenüber seinen Schülern – „er gibt Schutz vor Gefahr rundum" – wird vom Kommentar so erklärt: Er vermittelt ihm Wissen, das er für seinen Lebenserwerb und Schutz anwenden kann; auch wenn er anderswo seinen Lebensunterhalt erwirbt, empfiehlt ihn sein Lehrer weiter, so dass andere dem Schüler vertrauen und an ihn herantreten (*DA 3§11 <DA.3.268>*).

14. Diese vier *vuḍḍhidhamma* oder *vuḍḍhi* werden im ursprünglichen Palitext *paññāvuḍḍhidhamma* genannt, Dinge, die Wachstum von Weisheit bewerkstelligen, nicht Wachstum im allgemeinen Sinne. Deshalb werden sie im Abschnitt über das Lernen und Studieren aufgeführt.

15. Wörtliche Übersetzung: „In dieser Lehre zuvorkommend sein". Also könnte man es auch so übersetzen: „Sie gehen voran, leiten zum Helfen und Fördern buddhistischer Aktivitäten an."

16. Diese Erläuterung folgt dem Kommentar (*AA 10§48 <AA.3.395>*) und unterscheidet sich etwas von dem, was üblicherweise gelernt wird.

ชีวประวัติของสมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ย่อ)

สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต) เกิดวันพฤหัสบดีที่ 12 มกราคม พ.ศ. 2481 ณ อำเภอศรีประจันต์ จังหวัดสุพรรณบุรี นามเดิมว่า ประยุทธ์ อารยางกูร เมื่ออายุได้ 6 ขวบเข้าเรียน จบชั้นประถมศึกษา จากนั้นบิดาได้พาเข้ากรุงเทพฯ เพื่อเรียนต่อระดับมัธยม เด็กชายประยุทธ์เป็นเด็กเรียนเก่ง จึงได้รับทุนเรียนดีจากกระทรวงศึกษาธิการจนถึงมัธยมศึกษาตอนต้น มีความใส่ใจในการเรียนมาก

เนื่องจากเป็นเด็กสุขภาพไม่ใคร่ดีตั้งแต่เล็กจนโต ทำให้เป็นอุปสรรคต่อการศึกษาเล่าเรียนตามปกติ หลังจากจบมัธยมศึกษาปีที่ 3 ทางบ้านจึงสนับสนุนให้ท่านได้บรรพชาเป็นสามเณร สอบได้นักธรรมชั้นเอกและเปรียญธรรม 9 ประโยค ขณะยังเป็นสามเณร จึงได้รับพระราชทานพระบรมราชานุเคราะห์ จากพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดชทรงรับเป็นนาคหลวง โดยมีสมเด็จพระอริยวงศาคตญาณ สมเด็จพระสังฆราช (ปลด กิตฺติโสภโณ) เป็นพระอุปัชฌาย์

สมณศักดิ์:

พ.ศ. 2512 โปรดเกล้าฯ แต่งตั้งเป็นพระราชาคณะชั้นสามัญที่ **พระศรีวิสุทธิโมลี**

พ.ศ. 2516 โปรดเกล้าฯ เป็นพระราชาคณะชั้นราชที่ **พระราชวรมุนี**

พ.ศ. 2530 โปรดเกล้าฯ เป็นพระราชาคณะชั้นเทพที่ **พระเทพเวที**

พ.ศ. 2536 โปรดเกล้าฯ เป็นพระราชาคณะชั้นธรรมที่ **พระธรรมปิฎก**

พ.ศ. 2547 พระราชทานโปรดเกล้าฯ เป็นพระราชาคณะเจ้าคณะรอง ชั้นหิรัญยบัฏที่ **พระพรหมคุณาภรณ์** ฯลฯ คามวาสี

พ.ศ. 2559 พระราชทานโปรดสถาปนาสมณศักดิ์เป็นสมเด็จพระราชาคณะ ชั้นสุพรรณบัฏที่ **สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์** ฯลฯ คามวาสี อรัญวาสี

Über den Verfasser

Somdet Phra Buddhaghoṣācārya (P. A. Payutto) wurde am Donnerstag, 12. Januar 1938 in der Provinz Suphanburī geboren. Als Laie trug er den Namen Prayuddh Ārayāngkūn. Im Alter von sechs Jahren trat er in die lokale Grundschule ein. Nach Abschluss brachte ihn sein Vater nach Bangkok in die Mittelschule. Der junge Prayuddh war ein ausgezeichneter Schüler, was ihm ein Stipendium einbrachte.

Aufgrund schlechter Gesundheit, die ihn von Kindheit an sein ganzes Leben lang begleitete, wurde der normale Schulbetrieb für ihn immer schwieriger. Nach drei Jahren Mittelschule wurde er von seiner Familie im Jahr 1951 darin bestärkt, seine Schullaufbahn als Novize fortzusetzen. Noch in seiner Zeit als Novize bestand er die Prüfung zum „Dhamma-experten Ersten Grades“ und schloss das Palistudium mit dem neunten (und höchsten) Grad ab. Daher erhielt er im Jahr 1962 eine Königliche Bhikkhu-Ordination, gesponsert von König Bhūmiphol Adulyadet, mit Somdet Phra Ariyavaṁśāgatañāṇa (Plod Kittisobhaṇo), dem damaligen Saṅgharāja, als Ordinationsvater (*upajjhāya*). Er war erst der zweite Novize während der Regierung von Rāma IX, und der vierte seit Beginn der Bangkok Ära, dem dieses Privileg zuteil wurde.

Nach seiner Ordination durchlief der Ehrwürdigen Payutto die gesamte Abfolge monastischer Ränge, so dass er als Buchautor unter einer Vielzahl von Namen bekannt ist:

1969 wurde er zum Mitglied der Königlichen Gruppe (als Cao Khuṇ), „gewöhnliche Stufe“, mit dem Titel **Phra Srīvisuddhimolī**.

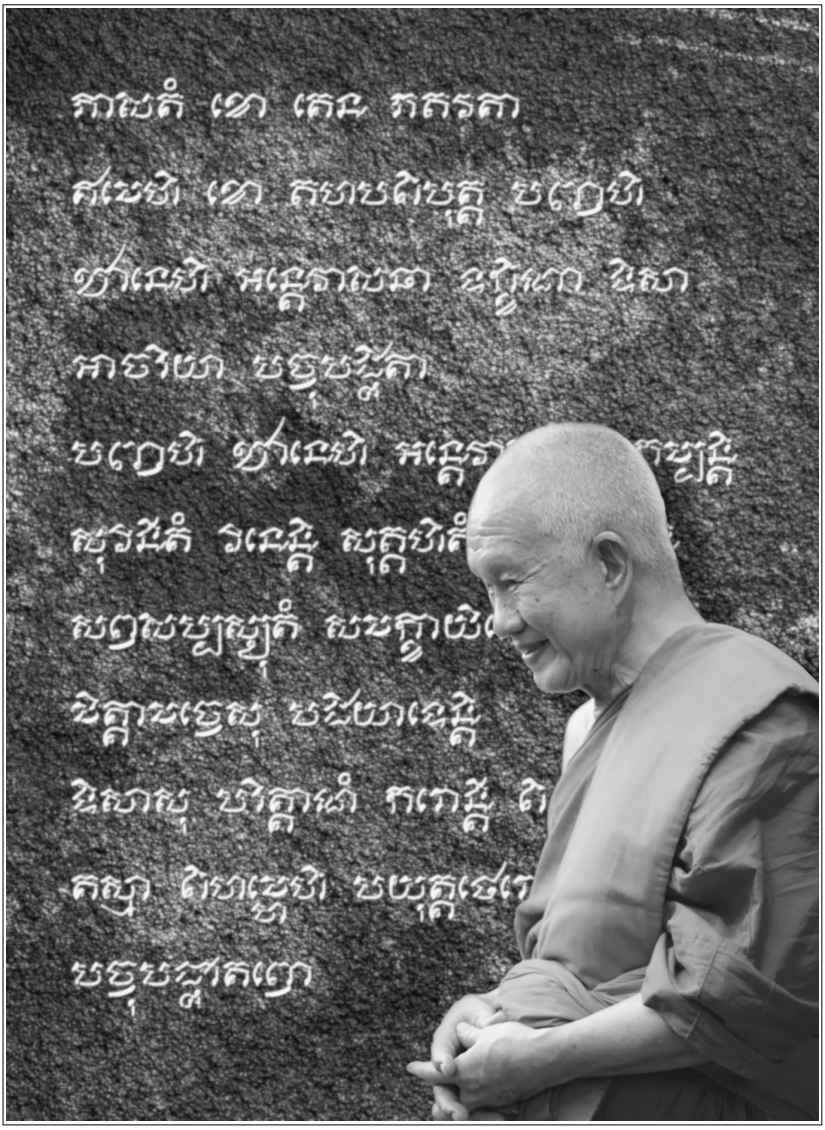
1973 Beförderung zur Stufe „Rāja“ mit dem Titel **Phra Rājavaramunī**.

1987 Beförderung zur Stufe „Deva“ mit dem Titel **Phra Debvedī**.

1993 Beförderung zur Stufe „Dhamma“, Titel **Phra Dhammapiṭaka**.

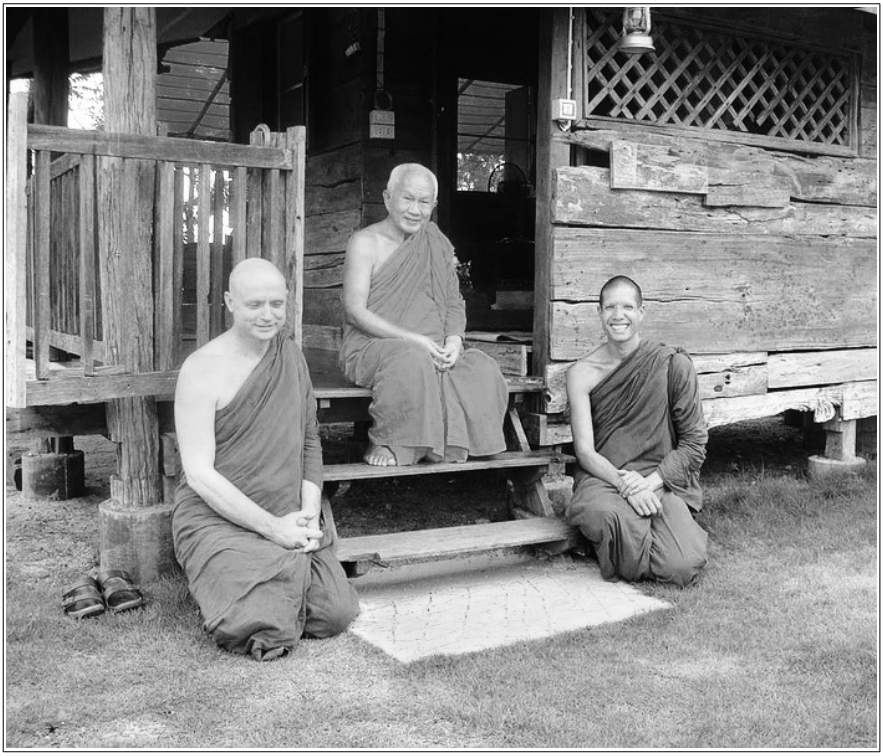
2004 Königliche Beförderung zum Stellvertretenden Vorsitzenden der Königlichen Gruppe auf der Stufe „Hiraṇayapaṭa“ (Brahma) mit dem Titel **Phra Brahmaguṇābharaṇa** [thai Ausspr.: Phromakhuṇāphŏn].

2016 Königliche Ernennung zur Eminenz (Somdet) der Königlichen Gruppe, Stufe „Suvarṇapaṭa“ als **Somdet Phra Buddhaghoṣācārya**. Seine ersten fünf Titel zeichneten ihn als Vertreter der Stadtmönche (*gāmavāsī*) aus. Seit seiner letzten Beförderung vertritt er zusätzlich auch die Waldmönche (*araññavāsī*).



dakkhiṇā disā

ทกฺขิณา ทิสา



Cao Prakhuṇ Somdet hat ein Herz für die Waldtradition
เจ้าประคุณสมเด็จตำรงมิตรภาพกับพระสายวัดป่า

สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์เป็นพระนักวิชาการนักคิดนักเขียนผลงานทางพระพุทธศาสนารุ่นใหม่ มีผลงานทางวิชาการพระพุทธศาสนาเป็นจำนวนมาก ผลงานของท่านที่เป็นที่รู้จัก เช่น พุทธธรรม เป็นต้น ท่านได้รับการยกย่องจากทั้งในและต่างประเทศเป็นอย่างมาก ด้วยผลงานของท่านทำให้ท่านได้รับรางวัลและดุษฎีบัณฑิตกิตติมศักดิ์จากหลาย สถาบันทั้งในและนอกประเทศ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการที่ท่านเป็นคนไทยคนแรกที่ได้รับรางวัลการศึกษาเพื่อ สันติภาพ จากยูเนสโก (UNESCO Prize for Peace Education) นอกจากนี้ปริญญาดุษฎีบัณฑิตกิตติมศักดิ์ที่ท่านได้รับรวมมีมากกว่า 15 สถาบัน ซึ่งนับว่าท่านเป็นพระภิกษุสงฆ์ไทยที่ได้รับการยกย่องให้ได้รับดุษฎีบัณฑิต กิตติมศักดิ์มากที่สุดในปัจจุบัน และในปี พ.ศ. 2549 มีพระบรมราชโองการโปรดเกล้าแต่งตั้งเป็นราชบัณฑิตกิตติมศักดิ์ ปัจจุบันสมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ดำรงตำแหน่งเป็นศาสตราจารย์พิเศษ ประจำมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ปัจจุบันสมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์เป็นเจ้าอาวาสวัดญาณเวศกวัน ตำบลบางกระทึก อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม

ผลงานทางวิชาการพุทธศาสนา

พุทธธรรม
พจนานุกรมพุทธศาสน์ฉบับประมวลศัพท์
พจนานุกรมพุทธศาสตร์ฉบับประมวลธรรม
สถาบันสงฆ์กับสังคมไทยในปัจจุบัน
การพัฒนาที่ยั่งยืน
ธรรมนูญชีวิต ฯลฯ

บรรจุลงฟรี ได้ที่ *book.watnyanaves.net*

(สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ [ประยุทธ์ ปยุตฺโต] - วิกิพีเดีย.html)

Somdet Phra Buddhaghoṣācārya (P. A. Payutto) ist Mitglied des Ältestenrats des thailändischen Mönchsordens. Er ist einer der bedeutendsten buddhistischen Gelehrten, Denker und Weisen unserer Zeit. Sein Engagement für ethische Standards in der Wissenschaft und für Friedenserziehung hat ihm renommierte internationale Auszeichnungen eingebracht, z.B. den Preis für Friedenserziehung der UNESCO. Er erhielt Ehrendoktorwürden von mehr als 15 Universitäten im In- und Ausland.

Seine Bücher decken ein breites Spektrum von Themen ab. Er beweist Expertise in der ursprünglichen Buddhalehre, wie sie im Palikanon überliefert ist, weiß aber auch, wie man die Lehre auf heute gesellschaftlich relevante Themen anwendet, wie zum Beispiel Umweltschutz, Menschenrechte, Natur- und Gesellschaftswissenschaft. Bekannt wurde er auch für sein Engagement gegen Fehlinterpretationen der Palisuttas.

Das vorliegende Buch ist sein Beitrag zur Orientierung und Besinnung auf universal gültige menschliche Werte, die heute so notwendig sind für den weiteren Weg der Menschheit.

Somdet Phra Buddhaghoṣācārya lebt als Abt in Wat Ñāṇaveśakavana, Bezirk Sām Phrān, Provinz Nakhõn Paṭhom.

Einige wichtige Veröffentlichungen in englischer Übersetzung:

Buddhadhamma (umfassendes Kompendium der Buddhalehre)
Toward Sustainable Science
Freedom Individual & Social
Buddhist Solutions for the 21st century

Kostenloses Herunterladen dieser & weiterer Titel: *book.watnyanaves.net*

Auf Deutsch verfügbare Bücher:

Buddhistische Ökonomie (Fischer Media 1999, kommerzielles Buch)
Frieden oder Friedensnotstand (Buddhistische Ges. München 2006)
Bedingte Entstehung (Buddhistische Ges. München 2015)
Eine Verfassung fürs Leben (Muttodaya Dhamma 2022)

Kostenloses Herunterladen: *muttodaya.org* und *dhamma-dana.de*

(Informationen z.T. aus Thai-Wikipedia)

บันทึกของผู้แปล

หนังสือของท่านสมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตโต) ได้เป็นแรงบันดาลใจแกผู้แปลมาเป็นเวลานานกว่า ๓๐ ปี ผู้แปลมีความปรารถนามานานแล้วที่จะแปลหนังสือของเจ้าประคุณสมเด็จ เป็นภาษาเยอรมัน และขอกราบขอบเจ้าประคุณที่ได้ให้โอกาส และอนุญาตผู้แปลในครั้งนี้

ที่วัดป่ามุตโตทัยผู้แปลประจักถึงความสนใจของคู่สมรสระหว่างคนไทยและคนเยอรมัน เกี่ยวกับพุทธศาสนา และคู่สมรสที่เป็นคนไทย ก็ปรารถนาที่จะสนทนากับคู่สมรสชาวเยอรมัน แต่เนื่องจาก การใช้ภาษา คำศัพท์ และความเข้าใจทางด้านภาษาที่ไม่พร้อม และนี้ก็คือ อีกหนึ่งเหตุผลที่ผู้แปลได้จัดทำหนังสือฉบับสองภาษานี้ขึ้นมา เพื่อเป็นพื้นฐานในการศึกษา เกี่ยวกับพุทธศาสนาของชาวไทยและชาวเยอรมันต่อไป

หนังสือ *ธรรมนูญชีวิต* ได้รับการแปลอย่างดีมากในภาคภาษาอังกฤษ แต่ผู้แปลได้ตัดสินใจ เลือกที่จะแปลจากภาคภาษาต้นฉบับเพื่อความถูกต้อง การแปลในครั้งนี้ผู้แปลได้ใช้พจนานุกรมพุทธศาสน์ทั้งสองฉบับ (ประมวลศัพท์ และประมวลธรรม) ของเจ้าประคุณสมเด็จ เป็นครั้งคราวเพื่อช่วยในการแปล โดยเฉพาะอย่างยิ่ง คำบางคำที่มาจากภาษาบาลี หรือ สันสกฤต ที่มีความหมายที่แตกต่างจากความหมายในภาษาไทยทั่วไป ดั่งเช่น คำว่า *อารยะ** (หน้า ๑๘)

ในภาษาไทยมักจะพบว่าบางประโยคจะมีการละเว้นคำสรรพนาม ในประโยคนั้นๆออกไป แต่ในภาษาเยอรมันกลับมีความจำเป็น นั้นหมายความว่า ผู้แปลจะต้องตัดสินใจเมื่อเริ่มต้นแปลว่าควรที่จะใช้คำสรรพนามใด ส่วนใหญ่แล้วผู้แปลเลือกที่จะใช้คำสรรพนามเพศชายบุรุษที่ ๓ เอกพจน์ แต่นั้นก็ไม่ได้หมายความว่าประโยคที่เกี่ยวข้องนั้น ใช้ได้กับเฉพาะผู้ชายเท่านั้น

---

* ดู *พจนานุกรมพุทธศาสน์-ฉบับประมวลศัพท์*

Anmerkungen des Übersetzers

Seit mehr als 30 Jahren sind die Bücher des Ehrwürdigen Payutto meine Wegbegleiter; zuerst las ich sie in englischer Übersetzung, dann zunehmend in der Originalsprache. Seine beiden Buddhistischen Wörterbücher stehen stets griffbereit auf dem Regal über meinem Schreibtisch. Seit längerem hatte ich den Wunsch, einmal eines seiner Bücher ins Deutsche zu übersetzen, und ich bin dem Ehrwürdigen dankbar, dass er mir jetzt die Gelegenheit und Erlaubnis dazu gegeben hat.

Im Kloster Muttodaya habe ich immer wieder feststellen können, dass es unter den thai-deutschen Ehepaaren viele deutsche Ehemänner gibt, die sich für die Religion ihrer Ehefrau interessieren, und viele thailändische Ehefrauen, die sich nur zu gerne mit ihrem Ehemann über Dhamma unterhalten würden, aber es fehlt am gemeinsamen Wortschatz. Das war der Grund für die Erstellung einer zweisprachigen Ausgabe, die hier als gemeinsame Studiengrundlage helfen kann.

Von *Dhammanūñ Jīvit* gibt es eine gute englische Übersetzung, aber ich habe mich für eine direkte Übertragung aus der Originalfassung zu Gunsten der Genauigkeit entschieden. Mit der Ausdrucksweise des Autors bin ich ausreichend vertraut und habe bei der Übersetzung gelegentlich seine bereits erwähnten Wörterbücher konsultiert, vor allem wenn es um Lehnwörter aus dem Pali, Vedischen oder Sanskrit ging, die im thailändischen Sprachgebrauch eine Bedeutungsverschiebung erfahren haben, wie zum Beispiel der vedische Begriff *ārya* (S. 18)*.

Im Thailändischen können Personalpronomen in Sätzen oft weggelassen werden, die aber im Deutschen notwendig sind. Das heißt, ich musste beim Übersetzen Entscheidungen treffen:

---

* ***Ārya:*** Entwickelte Menschen, die zivilisierte Eigenschaften haben … (entspricht dem Paliwort *ariya*, wird aber in der thailändischen Sprache mit anderer Bedeutung verwendet.)
Āryadhamma: Gute, achtbare Eigenschaften; Qualität zivilisierter Menschen; Fortschritt durch gute, achtbare Sitten und Gebräuche; im Dhamma bedeutet es die *10 kusalakammapatha*.

(พจนานุกรมพุทธศาสน์-ฉบับประมวลศัพท์ [„Buddhistisches Wörterbuch nach Begriffen“])

ผู้แปลไม่ได้ใช้ภาษาที่เรียกเพศต่างๆ เนื่องจากผู้แปลไม่ยอมสละความอ่านง่าย และจำง่าย เพียงเพื่อเหตุผล “ความถูกต้องแบบการเมือง” นอกจากนี้ ใน “อรณะวิภังคะสูตร” (ม.อุ.) ท่านสอนไว้ว่า การขัดแย้ง ที่มักจะเกิดขึ้น เมื่อเราละเลยที่จะใช้ภาษาแบบปกติทั่วไปที่สามรถเข้าใจง่าย แต่เรากลับเลือกที่จะใช้คำศัพท์เฉพาะเท่านั้น ความขัดแย้งจึงมักจะเกิดขึ้น

การแสดงที่มาท้ายมวดธรรม ในภาคภาษาไทย เป็นข้อมูลที่ใช้กันแบบปกติในประเทศไทย แต่ในส่วนของภาษาเยอรมันนั้น การแสดงที่มาเป็นข้อมูลที่เกิดจากสองระเบียบ อันดับแรก คือ การแสดงเบอร์พระสูตร สำหรับผู้ที่ต้องการศึกษาจากพระไตรปิฎก และอรรถกถา คำแปลเป็นภาษาเยอรมัน อันดับที่สอง คือ ส่วนที่อ้างอิงถึงข้อมูลที่อยู่ในวงเล็บ เป็นการแสดงเบอร์หน้าในหนังสือ ฉบับของสถาบัน Pali Text Society สำหรับผู้ที่สามารถอ่านภาษาบาลีได้

ผู้แปลขออนุโมทนาจากใจ สำหรับทุกท่านที่ให้ความร่วมมือและสนับสนุนในการจัดทำหนังสือในครั้งนี้ คุณพัชราภรณ์ ไคย์เซอร์ ที่ได้ช่วยตรวจสอบความถูกต้อง ในการแปล และ ได้ทำการแปลในส่วนของบันทึกของผู้แปลทั้งหมด และในบางส่วนของเชิงอรรถ และผู้ที่ไม่กล่าวถึงไม่ได้เลย คือ พระโยธโก ที่ได้ช่วยเหลือ ในการคัดกรองและทำหน้าที่เป็นบรรณาธิการ (จำเป็น) ให้ผู้แปลในดรั้งนี้

ในส่วนของงานแปลหนังสือในดรั้งนี้ ผู้แปลขอรับผิดชอบ ในข้อผิดพลาด และยินดีรับฟังทุกข้อติชม ได้โปรดแจ้ง ให้ผู้แปลได้รับทราบ หากมีข้อผิดพลาดใดๆ เกิดขึ้น

ผู้แปลหวังเป็นอย่างยิ่งว่า หนังสือฉบับนี้จะเป็นคู่มือ ในการใช้ขีวิตของท่านผู้อ่านทุกท่าน ให้ได้พบแต่สิ่งดีงามต่อไป

วัดป่ามุตโตทัย, วีสาขบูชา พ.ศ. ๒๕๖๕

พระเมตฺติโก

Welches Pronomen soll verwendet werden? In den meisten Fällen habe ich die 3. Person Singular Maskulin gewählt – er, sein, ihm, ihn – was aber nicht heißen soll, dass die jeweilige Satzaussage nur Männer betrifft.

Auf die sogenannte „Gendersprache" habe ich verzichtet, weil ich nicht bereit bin, die Verständlichkeit der Lehraussagen für „politische Korrektheit" preiszugeben. Außerdem wird im Araṇavibhaṅga Sutta (M 139 <M.Ⅲ.230>) gesagt, dass es ein konfliktbeladener Zustand ist, wenn man sich über normalen Sprachgebrauch hinwegsetzt und auf einem Spezialjargon besteht.

Die Quellenangaben folgen im thailändischen Teil dem in Thailand üblichen System … von dem ich keine Ahnung habe. Im deutschen Teil steht an erster Stelle die Nummer der Lehrrede (bei Quellen aus dem Saṁyuttanikāya mit vorangestellter Nummer des Saṁyutta, bei Quellen aus dem Aṅguttaranikāya mit vorangestellter Nummer des Nipāta). Das erleichtert ein Auffinden und Studieren der Lehrrede in marktgängigen deutschen Übersetzungen. Danach steht in spitzen Klammern die Quellenangabe für die Paliausgabe der Pali Text Society (PTS), mit Angabe des Bandes in römischen Ziffern, gefolgt von der Seitenzahl in arabischen Ziffern – für jene, die den Text gerne auf Pali lesen möchten. *(A 7.64 <A.IV.113>)* bedeutet also: 64. Lehrrede im Siebenerbuch des Aṅguttaranikāya, <Band Ⅳ der PTS-Ausgabe des Aṅguttaranikāya, Seite 113>.

Mein herzlichster Dank für die Mitwirkung und Hilfe bei diesem Buch geht an Frau Patcharaphorn Kaiser für die Überprüfung der Richtigkeit meiner Übersetzung und für die Übersetzung dieses Kapitels und einiger Fußnoten ins Thailändische. Das Lektorat besorgte der Ehrw. Yodhako Bhikkhu, dem ich ebenfalls herzlich dafür danke.

Für die Übersetzung trage ich die Verantwortung und bitte um Nachricht, falls Fehler auftauchen sollten.

Möge das Buch seine Leserinnen und Leser auf ihrem Lebensweg auf fruchtbare und achtbare Weise voranbringen.

Kloster Muttodaya zu Vesakh 2022

Mettiko Bhikkhu

คำอนุโมทนา

คณะสงฆ์และสามเณรในโครงการ *มุตโตทัยธรรม* ขออนุโมทนาฉันทะในธรรมและไมตรีจิต ของท่านผู้ศรัทธาที่ใฝ่ในธรรมทานบุญกิริยา วัตถุ อันให้หนังสือฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี ไม่ว่าจะเป็น ท่านที่ช่วยเหลือในการจัดการพิมพ์หรือด้วยปัจจัยก็ตามรวมถึง คณะศิษย์อุปฐากอุปถัมภ์ วัดป่ามุตโตทัย (Muttodaya Kloster) และวัดลาวศรีบุญเรือง (**ວັດລາວສີບຸນເຮືອງ** เมืองอัล์ตลุสไฮม์)

ขอให้ผู้บำเพ็ญกุศลจริยานี้ มีความเจริญในธรรม และความสุขเกษมศานต์ยั่งยืนนานทั่วกัน เทอญ ๛

Anumodana

Die Mönche des *Muttodaya Dhamma* Buchprojekts möchten ihre Wertschätzung zum Ausdruck bringen für die heilsamen Absichten und Taten all jener, die zum Entstehen dieses Buches beigetragen haben, entweder durch Mithilfe bei der Druckvorbereitung oder durch finanzielle Mittel für den Druck; insbesondere von Menschen aus den Unterstützerkreisen von Kloster Muttodaya und Wat Lao Sibounheuang (Altlußheim).

Mögen sie durch diese heilsamen Taten Fortschritt im Dhamma und lange währendes Wohlergehen und Sicherheit erfahren.

Somdet Phra Buddhaghoṣācārya (P. A. Payutto) ist Mitglied des Ältestenrats des thailändischen Mönchsordens. Er ist einer der bedeutendsten buddhistischen Gelehrten unserer Zeit. Sein Engagement für ethische Standards in der Wissenschaft und für Friedenserziehung hat ihm renommierte internationale Auszeichnungen eingebracht.

Dieses Buch ist sein Beitrag zur Orientierung und Besinnung auf universal gültige menschliche Werte, die heute so notwendig sind für den weiteren Weg der Menschheit.

สมเด็จพระพุทธโฆษาจาร (ป. อ. ปยุตฺโต) ท่านดำรงตำแหน่ง ที่ปรึกษามหาเถรสมาคม ท่านเป็น ครูอาจารย์ นักวิชาการ นักคิด นักเขียนผลงานทางพระพุทธศาสนารุ่นใหม่ ผลงานของท่านที่เป็นที่รู้จัก เช่น พุทธธรรม เป็นต้น ท่านได้รับการยกย่องจากทั้งในและต่างประเทศ ด้วยผลงานของท่าน ทำให้ท่านได้รับรางวัล และ ดุษฎีบัณฑิตกิตติมศักดิ์ จากหลายสถาบันทั้งในและต่างประเทศ โดยเฉพาะอย่างยิ่งท่านเป็นคนไทยคนแรกที่ได้รับรางวัลการศึกษาเพื่อสันติภาพจาก ยูเนสโก

หนังสือเล่มนี้ เป็นผลงานของท่านในการปฐมนิเทศ และสะท้อน ให้เห็นถึงคุณค่าของสากลมนุษย์ ซึ่งมีความจำเป็นอย่างยิ่ง สำหรับเส้นทางต่อไปในอนาคตของมนุษย์ชาติ

ISBN 978-3-9824580-0-7

Muttodaya Dhamma